

១- តើទីវង្គតាមានន័យអ្វីសម្រាប់យើង.....	០៣	៤- The Cambodia daily.....	០៦&០៧
២- សុខភាព និងអាយុកាលយើង.....	០៤	៥- ក្រុមប្រឹក្សាសភាសហគមន៍.....	០៨
៣- កិច្ចសម្ភាសន៍ជាមួយវាង ខ្មែរស្រស់.....	០៥	៦- ប្រវត្តិរូបសិប្បករដើមជាតិ.....	០៩

32 Wamesit St., Lowell, MA 01852. Phone-Fax (978) 656 8141 www.khmerpost.us

ទស្សនៈនយោបាយ ឥទ្ធិពលនៅកម្ពុជា បន្ទាប់រដ្ឋកាល សីហនុ



ដោយ : ពិន សំខុន

●●●សម្តេចនរោត្តម សីហនុ បានបញ្ចប់រដ្ឋកាលរបស់ព្រះអង្គយ៉ាងត្រចះត្រចង់ក្នុងអំណាចដ៏ខ្ពង់ខ្ពស់ និងឥទ្ធិពលដ៏ធ្ងន់ធ្ងរលើនយោបាយកម្ពុជា និងទំនាក់ទំនងអន្តរជាតិ ។ ថ្ងៃត្រឹមតែការ ៣១ខែមិថុនា ០៩

ខ្មែរស្រស់ ស.វ.អា

●●●ព្រឹត្តិការណ៍ប្រវត្តិសាស្ត្របានកើតឡើងម្តងទៀត ដោយប្រធានាធិបតីអាមេរិកាំងស្បែកខ្មៅ បារ៉ាក់ អូបាម៉ា បានជាប់ឆ្នោតសម្រាប់អាណត្តិទី២ ទៅមុខជាថ្មី កាលពីថ្ងៃទី៦ វិច្ឆិកា ឆ្នាំ២០១២ ។ លោកបានឈ្នះលើបេក្ខជនគណបក្សសាធារណរដ្ឋ មីត រ៉ូមនី ដោយបានសម្លេងប្រតិភូ៣០៣លានមីត រ៉ូមនី ដោយបានសម្លេងបានតែ២០៦ រ៉ូមនីសម្លេង

ឱ្យសញ្ញាដល់ មីត រ៉ូមនី ថានឹងចាញ់ឆ្នោត តែ មីត មិនបានជឿលើការស្តង់មតនេះប៉ុន្មានទេ ។ ការបោះឆ្នោតលើកនេះបានប្រមូលមនុស្សឱ្យ

លោក បារ៉ាក់ អូបាម៉ា ឈ្នះម្តងទៀត

ប្រជាប្រិយវិញ លោក បារ៉ាក់ អូបាម៉ា បាន ៥០%ទល់នឹង៤៨% ។ ក្នុងឱកាសដ៏លំបាកពេលរដ្ឋអាមេរិកាំងបានបញ្ចេញសម្លេងគាំទ្រឱ្យលោក បារ៉ាក់ អូបាម៉ា នៅបន្តអាណត្តិប្រធានាធិបតីជាមួយលោកដោ ហាមីនី អនុប្រធានប្រធានាធិបតី ។ អ្នកវិភាគព្រឹត្តិការណ៍បោះឆ្នោតប្រធានាធិបតីនេះបានកត់សម្គាល់ថា ការស្តង់មតិមុនបោះឆ្នោត បាន



ចេញទៅបោះឆ្នោតបានច្រើន -ជនស្បែកខ្មៅ យុវជននិងស្ត្រីភាគច្រើន ១៦

ហូ ដួង ពេទ្យធ្មេញសម្រាប់គ្រួសារ

466 Merrimack Street. Lowell, MA 01854
 (Near City Hall) / 978-441-1005

HOA DUONG, D.M.D., P.C.
 GENERAL DENTISTRY

គ្រូពេទ្យជំនាញនិងមានបទពិសោធន៍
 ប្រើនូវគ្រូការពិនិត្យ
 ថែរក្សា និងព្យាបាលជម្ងឺធ្មេញទូទៅ

Open: Monday, Tuesday, Wednesday, and Friday
 from 10 a.m. – 6 p.m.
 Saturday: from 10 a.m. – 4 p.m.
 Closed: Thursday & Sunday
 We accept all dental insurance & Medicaid

យើងទទួលយកគ្រប់ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រង
 សុខភាព និងការធានារ៉ាប់រងសុខភាពមនុស្សចាស់
 យើងបើកទ្វារឲ្យអ្នកភៀស ៤ថ្ងៃ ក្នុងមួយសប្តាហ៍
 បិទទ្វារ : ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ និងថ្ងៃ អាទិត្យ

ទូរស័ព្ទបើកទ្វាររៀងរាល់ថ្ងៃ (978) 441-1005
 ម៉ោងបើកទ្វារពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ 6 ល្ងាច
 ថ្ងៃចន្ទ ពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ 4 ល្ងាច
 យើងមានមន្ត្រីពិនិត្យគ្រូពេទ្យ

978-441-1005

សុខភាពល្អប្រសើរក្នុងដៃលោកអ្នក

បើលោកអ្នកមានជំងឺ ឈឺហើមជើងដៃជាការធ្ងន់ធ្ងរ -ឈឺនោមច្រើន -ដកស្រងូតខ្លាំង
 -មានស្បែកក្រហមខ្លាំង -ឡើងមុនៗឆ្នាំ -ស្បែកឡើងក្រហម លោកអ្នកត្រូវចាំថា មាន
 ឱសថស្ថានសុខភាពជាប្រភេទណា អាចជួយឱ្យស្បែកឡើងយ៉ាងឆាប់រហ័ស ។
 ឱសថធម្មជាតិ ជាប្រភេទប្រាសាទព្រឹត្តិការណ៍គ្រប់ស្រទាប់មានការត្រួតពិនិត្យដោយវេជ្ជបណ្ឌិត
 ព្រឹត្តិការណ៍ អាចប្រើដោយមិនប្រឆាំងនឹងថ្នាំពេទ្យ ដែលប្រើប្រាស់រាល់ថ្ងៃទេ ។

លោក វិចិត្រ កុស្តិ៍ ៦២ឆ្នាំ មុនប្រើ អេមស្កា ពាត់ឈឺទឹក នោមផ្អែម
 ឈឺចាប់ខ្លាំង ឈឺចាប់ខ្លាំង - អាឈឺ -ឈឺស្បែក ដៃជើង ឈឺក្រពះ... ។

បច្ចុប្បន្នបានប្រើ អេមស្កា
 លេប៥ក្រាប់ក្នុង១ថ្ងៃ -បីថ្ងៃក្រោយមក អស់ឈឺស្បែកដៃជើង -១ខែ
 ក្រោយអាចប្រើប្រាស់ជាប្រចាំបាន -បីខែក្រោយទៀតស្បែកឡើងយ៉ាងឆាប់រហ័ស
 ស្រស់ -ឡើងនូវរាងកាយ១០០ភាគរយ -ធ្វើឲ្យស្បែកឡើងយ៉ាងឆាប់រហ័ស
 ហើយនឹងឡើងវិញ ។

ចង់ដឹងថាខ្ញុំប្រើបានឬទេ
 -ប្រើបានចាប់ពី ២០៩ ២៣៨ ៩៧០៩ សាម៉ាម៉ា
 -ប្រើបានចាប់ពី ២០៩ ៦៦៨ ៨៤១ រ៉ូម

ហេងនីយដ្ឋាន អង្គរ

Angkor Restaurant
 Ben city Plaza

5520 Whitaker Ave. Unit 7 Philadelphia, Pa 19124 Phone: 215.831.1016

គោរពនិយមន័យ ម្ហូបខ្មែរ ទើបមើលឃើញ !

នៅហ៊ីឡាដេលហ្វៀរខាងជើង

- មានធ្វើម្ហូប VG សម្រាប់អ្នកមិនពិសាសាច់
- អាចបញ្ជាទិញធ្វើម្ហូបត្រី-មេញ បានមានម្ហូបអាមេរិកាំង ម្ហូបអាស៊ីជាដើម



Nhà Thuốc Tây 藥房 ឱសថស្ថាន
Pharmacy
267-297-5879

ឱសថស្ថាន ចាច់ សូមស្វាគមន៍

• ឱសថការី ដាន់ ចាច់ មានសេចក្តី រីករាយ និងបំរើសុខភាពបងប្អូន ក្នុងសហគមន៍ឱ្យបានប្រសើរ ។



រង្វាន់ចាប់ឆ្នោត
ខែធ្នូ



1st PRIZE Samsung 32" LED HDTV

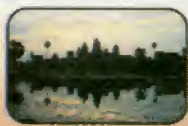
2nd PRIZE Samsung 32" LCD HDTV

3rd PRIZE Sony Playstation 3

- ភ្ញៀវដែលមកទិញថ្នាំតាម វេជ្ជបញ្ជាទាំងថ្មីទាំងចាស់ អាចនឹងត្រូវ ឆ្នោតទទួលរង្វាន់ ដូចរូបខាង ក្រោម ថ្ងៃទី៣១ ខែធ្នូ ២០១២
- យើងជូនកូប៉េយដូចអ្នក ឯទៀត
- ចុះថ្ងៃពិសេសជូនព្រឹទ្ធាចារ្យ ។

- ធ្វើថ្នាំជូនដល់ផ្ទះដោយគិតគិតថ្លៃ • ទទួលអ៊ិនស៊ុរស្ទើរគ្រប់មុខ • ទទួលបន្តផ្តល់ថ្នាំដែលលោកអ្នកកំពុងប្រើ ទិញមកពីឱសថស្ថានផ្សេងៗ
- តម្លៃថោកៗបំផុត និងមានស្តុកឱសថគ្រប់មុខប្រភេទ • ផ្តល់សេវាដោយរហ័សទាន់ចិត្ត
- មានឱសថវិទ្យាសាស្ត្រ-ឱសថវិទ្យាសាស្ត្រ និងឧបករណ៍ព្យាបាលមុខជំងឺ

1337 W.Rockland St.Philadelphia, PA 19141(Corner of Old York Rd & Rockland St.)
Tel: 267-297-5879 Fax: 267-297-5880



Angkor Restaurant

Ben city Plaza

ភោជនីយដ្ឋាន អង្គរ Angkor Restaurant



5520 Whitaker Ave, Unit 7 Philadelphia, Pa 19124 Phone: 215.831.1016

អាចបញ្ជាទិញធ្វើម្ហូបត្រៃ
“មេញ”បានមានម្ហូប
អាមេរិកាំង ម្ហូបអាស៊ី
ជាដើម

មានធ្វើម្ហូប VG
សម្រាប់
អ្នកមិនពិសា
សាច់



ម្ហូបដែលចំអិនប្រើពេលយូរ
ដូចជាអាម៉ុក សូមបញ្ជា
ឱ្យបានមុនមួយថ្ងៃ

ភោជនីយដ្ឋាន អង្គរខ្មែរ ទើបបើកថ្មី !
នៅហ៊ីឡាដែលហៀរខាងជើង

សូមអញ្ជើញមកពិសារម្ហូបខ្មែរគ្រប់មុខ ចំអិនដោយចុងភៅខ្មែរស្មាត់ជំនាញ
នាភោជនីយដ្ឋានធំទូលាយ បំរើម្ហូបខ្មែរពិតប្រាកដដ៏ឈ្ងុយឆ្ងាញ់
អ្នកបំរើភ្ញៀវរួសរាយ មានកន្លែងចតរថយន្តគ្រប់គ្រាន់ !





តើទិវាមាតាមានន័យអ្វីសម្រាប់យើង

តពីលេខមុន

●●●ដើម្បីឈាមខ្មែរ ឈប់ហូរ, ខ្មែរចេះស្រឡាញ់គ្នា, មានព្រះរាជាប្រកបដោយទសពិតរាជធម៌ ឬមានអ្នកដឹកនាំប្រកបដោយបុណ្យបារមីនឹងមានសិល្បៈចម្រើនកសាងនគរឱ្យបានរុងរឿងឡើងវិញដូចសម័យអង្គរដើមវិញ ។ សុំឱ្យកូនបានជួបសម័យកាលដ៏សប្បាយរីករាយសុខដុមរមនានោះកុំខាន ហើយសុំឱ្យកិត្តិយសសម័យអង្គរនៃទឹកដីពិសិដ្ឋនឹងពោរពេញដោយអាទិភាពនេះរលាស់ខ្លួនចេញរួចវិញពីអន្លង់ទុក្ខសោកក្លាវ៉ាប៉ារ៉ាយឆ្ការមក ហើយនេះបាន ហើយសូមឱ្យរស្មីនៃប្តីអង្គររះឡើងវិញចែងចាំងឆ្លុះពន្លឺឱ្យពេញទីបណ្តាសារជាតិ កុំបីខានដូចជាពុទ្ធនាយទាយទុកមកស្រាប់ ។

សុបិនជាទីរាប់អាន កាលនោះម៉ែអ្វីមិនបានឃើញព្រៃឆ្នករលំភ្នំពេញព្យួរលាយទេ តែគាត់បញ្ជាក់ថា តែមានពីរខាងដើមទី៣ ត្រូវតែមានតែទី៣មានហើយទី៤ចាំតែកើតឡើង មិនខានជាការពិតប្រាកដ ។ សម័យនេះយើងឃើញព្រៃឆ្នករលំ ហើយ (វារលំទៅជាក្រុងហូជីមិញវិញ) ឯភ្នំពេញយើងក៏ឃើញរលាយដែរ គឺរលាយសូន្យ

ឈឹងកាលពីសម័យ ប៉ុល ពត ហេតុការណ៍បន្ទាប់មកត្រូវមកដល់គឺបាត់កកខ្លាត់ខ្លាយ ។ ទី១ទី២ មានហើយបាត់កកខ្លាត់ខ្លាយទេពមហានគរអើយ ! អ្នកត្រូវតែខ្លាត់ខ្លាយជៀសមិនផុតឡើយ "ព្រោះនេះជាទំនាយ" ។ និយាយអញ្ចឹងអ៊ីច្នោះមហិត្តតាចង់ឱ្យក្រុងបាត់កករលាយទេ ព្រោះយើងធ្លាប់ជួបប្រទះហើយ ស្រុកសង្ក្រាន្តវេទនាណាស់ហ៊ានហោច ខ្មែរខ្មៅ, ប្រាសាទប្រាសាទ, កូនចៅបែកបាក់ម្តាយឱពុកតាយាយ, យើងមិនចង់ឱ្យតែមានឈឺចាប់ទុក្ខសោកវេទនាដូចយើងទៀតទេ, តែយើងចង់ឃើញចំណុចទី៤ គឺទៅសប្បាយឯអង្គរវត្ត, ដើម្បីបានទៅសប្បាយ ឯអង្គរវត្តវាត្រូវតែបាត់កកខ្លាត់ខ្លាយសិន ។ តើបាត់កកខ្លាត់ខ្លាយនៅពេលណា? បើតាមមើលទៅមិនយូរទេ ស្ថានការណ៍មានសភាពទុំជោរណាស់ហើយ ពួកសៀមនេះក៏ប្រព្រឹត្តអំពើបាបច្រើនពេកណាស់ទៅហើយ ក្នុងប៉ុន្មានសតវត្សនេះ, តាំងពីកុលសម្ព័ន្ធតូចមួយបានចក្រពត្តាធិរាជនៃមហានគរប្រទានឱ្យឯករាជ្យហើយ ទុកជាបុត្រនៃមហាអំណាចនេះ ដូនតាសៀមមិនគិតដឹងគុណតបស្នងនូវគុណបំណាច់ដែលខ្លួនបានទទួលបែរជាមានគំនិតក្រពើដោយ

ឃើញមហាប្រទេសនេះ មានវិបត្តិធ្លាក់ចុះទន់ខ្សោយក៏កើតគំនិតក្បត់វាយប្រហារដណ្តើមយកទឹកដីខេត្តខ័ណ្ឌសីមាម្តងបន្តិចៗ វាយដំធ្វើបាបកាប់សម្លាប់ចុះកែងជើងដាក់ច្រវាក់វាស្រួលប្រជាជនប្រទេសអ្នកមានគុណយកទៅធ្វើជាទាសាទាស, វិបស្សនយកជាងម្តែខេត្តក្រុងខ្មែរទៅធ្វើជាសម្បត្តិខ្លួន, មិនទាន់ស្តាប់ចិត្តលោកគ្មានបាត់របស់ខ្លួន នៅតែខំរកឱកាសដែលខ្មែរបែកបាក់គ្នាឆ្លើងរុករានស្រែកប្រកាសចង់បាន ថាដីបាត់ដំបង, សៀមរាប, ប្រាសាទព្រះវិហារជារបស់ខ្លួនទៀត ។ រឿងទុក្ខសោកដ៏ក្រៀមក្រំថ្មីៗនេះ ដែលមិនអាចឱ្យខ្មែរបំភ្លេចបាន គឺរឿងថែទាំប្រពន្ធអ្នកភៀសខ្លួនខ្មែរក្នុងវិបត្តិប៉ុលពតទៅជ្រកកោននៅដីថៃ ពួកតម្រួតថៃទាត់ជាក់វាយដំធ្វើបាបជាងសត្វធាតុទៅទៀត, មិនអស់ចិត្តពួកហ្វូងនេះថែមទាំងដេញបញ្ជូនជនភៀសខ្លួនខ្មែរអភ័ព្វទាំងនោះ ទម្លាក់ចំការមិនតាមចម្រៀលភ្នំដងរែកស្លាប់ត្រៀបត្រាដោយគ្មានសោកស្តាយដល់បន្តិចសោះឡើយ! ឱ!ជាពុទ្ធសាសនិកជនដែរ មេចក៏សាហាវយ៉ាងណាម្ល៉េះ? ។ សុបិនជាទីរាប់អាន, អ៊ុំរំលឹករឿងនេះនឹងរឿងយូនកាប់សម្លាប់ខ្មែរយើងដោយគ្មានបំណងកកាយ

សើរើដុតកំដៅកំហឹងសងសឹកឡើយ តែមានបំណងឱ្យខ្មែរគ្រប់រូបចងចាំទុកជាមេរៀន, កុំប្រហែសខ្លួនឱ្យសោះកុំឱ្យទុកខ្លួនជាកុក, ត្រូវខំប្រឹងធ្វើខ្លួនឱ្យទៅជាជង ដើម្បីត្រាន់ការពារខ្លួនគ្រប់កាលៈទេសៈ, ហើយខំរៀនធម៌ឧបេក្ខានិងអត់ធ្មត់ខ្លួនទោសដល់សព្វសត្វទាំងឡាយជាមិត្ត ឬជាសត្រូវរបស់ខ្លួន ក៏ដោយពេលគ្នាមានទុក្ខ ។ ត្រូវត្រៀមខ្លួនថាផ្សាយមេត្តាការនាដល់គ្នាទាំងឡាយផង ព្រោះវិបត្តិអារវិលឡើងអារក្រហមនៃគណបក្សថៃទាំងឡាយមុខតែរុញច្រានអាណាចក្រថៃទៅដល់បាត់កកខ្លាត់ខ្លាយ ដូចពុទ្ធនាយទាយទុកមិនខាន ហើយក៏នាំគ្នាទៅសប្បាយឯអង្គរវត្តយ៉ាងប្រាកដ ។

តែមានសង្គ្រាម, មានកលិយុគហើយមិនថាអ្នកបានប្រព្រឹត្តបាបកម្មក៏អត់ទេ, ពេលរីករាយនេះ អ្នកអត់កម្មក្តី, អ្នកមានកម្មក្តីត្រូវតែវេទនាសឹងគ្រប់គ្នាអញ្ចឹងយើងត្រូវខ្លួនបញ្ជូនមេត្តាការនាដល់អ្នកទាំងនោះ ដោយឧបេក្ខាផងចុះ សូមឱ្យកម្មពៀរ, តំនុំ គួន, ស្តាប់ខ្លឹមសងសឹកទាំងឡាយអហោសិកម្មទៅកុំបីមានសេសសល់ឡើយហោង ។

សុំទោសមិត្តអ្នកអានទាំងឡាយ ព្រមទាំងសុបិនជាទីរាប់អានដោយជក់តែចម្រៀងម្តាយអ៊ុំៗ ក៏ចាកចេញពីប្រធានបទ "ទិវាមាតា" យ៉ាងឆ្ងាយតែម្តង ព្រោះម្តាយជាអ្វីៗ តទៅទំព័រ ១៦

ក្រុមហ៊ុនទេសចរណ៍

- បំរើលោកអ្នកដោយគ្រប់ក្រុមហ៊ុនអាកាសចរណ៍ សំរាប់ដំណើរហើរក្នុងនិងក្រៅស្រុក
- ជួយរកអ្នកនាំផ្លូវជូនដំណើរទស្សនកិច្ចធ្វើការ
- ពន្យល់ខិតខំផ្តល់ផែនខ្មែរ
- ធ្វើលិខិតអន្តោប្រវេសន៍
- ធ្វើទិដ្ឋាការសំរាប់ទេសចរណ៍
- ផ្ញើប្រាក់ប្រថាប់ត្រាបញ្ជាក់លើលិខិតជាផ្លូវការ

CENTURY TRAVEL & SERVICE CENTER
904 South 8th Street. Philadelphia, PA 19147
Tel : 215-625-2889; Cell : 267-934-9888

ខ្មែរជួសជុលរថយន្ត

KHMER AUTO REPAIR

CAR INSPECTION, DIAGNOSTIC & REPAIR

ត្រួតពិនិត្យរថយន្តបញ្ចូល	Brake Service
▶ ផែនការកង្រែងខូចខាត និងជួសជុល	Turn up electronic
▶ យើងធ្វើប្រាំង ឬប្រេក	Starters Alternators
▶ ត្រួតពិនិត្យធ្វើម៉ាស៊ីនឱ្យស្រួលឡើងវិញ	Radiators water pumps
▶ បញ្ជូនឡានអាជីវកម្មទៅឯកន្លែង	Transmission Service
▶ បូមចម្រន់ទឹកវេឌីណាម៉ែរ	Struts checked & serviced
▶ សេវាត្រង់ប៊ីស្យុង	CV Joints Rack & Pinion
▶ មើលតម្រងទ្រនាប់ និងពិញ	Shocks checked & Replace

115 West. Tabor Rd, Philadelphia, PA 19120
Tel: (215) 455-1422/Pat: 215-939-5634

MARCOTTE LAW FIRM

ក្រុមហ៊ុនមេធាវី Marcotte

45 MERRIMACK STREET
LOWELL, MASSACHUSETTS
(978) 458-1229

- សេចក្តីគ្រោះថ្នាក់ដល់រូបរាងកាយ
- ពិការភាពដោយសន្តិសុខសង្គម
- បទព្រហ្មទណ្ឌផ្លូវភេទ និងថ្នាំញៀន
- ឱ្យបំប្លែងសារ និងលែងប្តីប្រពន្ធ
- បើកបរនៅពេលស្រវឹង និងប្រព្រឹត្តបទល្មើសពេលធ្វើការចរាចរណ៍
- គ្រោះថ្នាក់ចរាចរណ៍
- គ្រោះថ្នាក់នៅការដ្ឋាន

• Personal Injury	• Family Law & Divorce
• Disability	• Traffic Accidents
• Sex & Drug Crimes, OUI	• Work Accidents

មានបុគ្គលិកនិយាយភាសាខ្មែរណាមួយអ្នកអាចហៅទូរស័ព្ទ
មកក្រុមហ៊ុនយើងខ្ញុំដើម្បីពិគ្រោះ
(978) 458-1229
www.marcottelawfirm.com

អ្នកឧបត្ថម្ភ

សុខភាព និងម្ហូបអាហារយើងបរិភោគ



តំណភ្ជាប់

Serve with

- 2 cups cooked brown rice
- ½ tablespoon cornstarch, dissolved in 2 table- spoons warm water
- 1 teaspoon sugar
- ½ cup water

Nutrition Notes

- Reduced sodium (less oyster sauce)
- Reduced saturated fat and cholesterol (skinless chicken breast instead of beef or pork)
- Increased fiber/reduced simple carbohydrate (brown rice instead of white rice)

កំណត់សំគាល់អាហារូបត្ថម្ភ

- បន្លាយជាតិខ្លាញ់ត្រូវបាន (ប្រើខ្លះដូងតិច)
- បន្លាយជាតិស្ករ (ប្រើមេស្ការជំនួសស្ករធម្មតា)
- បន្លាយជាតិស្ករធម្មតា (ប្រើអំបិលតិច)
- រូបមន្តនេះនៅតែមានជាតិខ្លាញ់ត្រូវបានច្រើន ពីព្រោះតែប្រើខ្លះដូង ដូច្នេះគួរតែប្រើវាបន្តិចបន្តួចបានហើយ



ចេកខ្លះ
ត្រីឆ្អឹងឆ្អី

- ខ្លះដូងមានជាតិស្ករតិច ១ កែវរង្វាល់
- ទឹក ១.៥ កែវរង្វាល់
- ម្សៅសាតូ ២ ស្លាបព្រា
- ចេក ៣-៤ ផ្លែ (១.៥ ផ្លែ)
- ស្ករ Splenda ១/២ កែវរង្វាល់

ប្រអប់ពណ៌លឿង

នៅកន្លែងលក់ស្ករ

- អំបិល ១ ស្លាបព្រា
- សណ្តែកបាយកិន ២ ស្លាបព្រា

រៀបចំសំរាប់មនុស្ស : ៤ នាក់

បរិមាណបរិភោគ : ចេកខ្លះ ១ ពែង

ការរៀបចំ :

លាយទឹកខ្លះដូងជាមួយទឹកនៅក្នុងកូនឆ្អឹង ហើយម្ខាស់ត្បូង ។ ដាក់ម្សៅដូងហើយកូនឆ្អឹងសព្វបន្លាយមកពុះ ហើយបន្លាយក៏ដោយកូនឆ្អឹងតាម ។ រម្ងាប់ទាល់តែម្សៅដូងទន់ល្មម, ប្រហែលជា ១០ នាទី, ហើយកូនឆ្អឹង ។

នៅពេលដែលគ្រឿងផ្សំកំពុងតែចំអិន, ចិតចេកជាចំណិត ។ នៅពេលម្សៅដូងទន់ហើយ, ដាក់ចេក, ជាតិស្ករម្យ៉ាង ដែលធ្វើឱ្យសុខភាពល្អ, និងអំបិល ។ ចំអិន ៥ នាទីមេរទៀត ។ ពេលចេកកំពុងតែចំអិន, លើសណ្តែកបាយកិនឆ្អឹង, លើសប្រហែលជា ២ នាទី ។



Bananas in Coconut Milk

Ingredients/Shopping list

- 1 cup coconut milk
- 1½ cups water
- 2 tablespoons Asian tapioca pearls
- 3-4 bananas (about 1½ pounds)
- ½ cup Splenda (in a yellow box near the sugar at the store)
- ¼ teaspoon salt
- 2 tablespoons dried split mung beans

Serves 4

Serving size: about 1 cup

Preparation

Boil the coconut milk and water in a medium pot. Stir in the tapioca, then bring back to boil, and reduce heat to low. Simmer until the tapioca is soft, about 10 minutes, stirring occasionally.

While the mixture is cooking, slice the bananas. When the tapioca is soft, add the bananas, Splenda, and salt. Cook for 3-5 minutes more.

While the bananas are cooking, roast the mung beans over medium high heat in a pan until light brown, about 2 minutes.

Sprinkle the mung beans on top to serve.

Nutrition Notes

- Reduced saturated fat (less coconut milk; you can also use 1½ cups light coconut milk and 1 cup water instead of 1 cup coconut milk and 1½ cups water)
- Reduced sugar (Splenda instead of sugar)
- Reduced sodium (less salt)

- This recipe still has a lot of saturated fat because of the coconut milk, so it should be eaten only occasionally



សាច់គោអាំងទឹកត្រីជូរមែម
ត្រីឆ្អឹងឆ្អី

- សាច់ចន្ទកខ្លាញ់តិច ១៨ អោន
- សាឡាត់ ១ គុម្ព
- ត្រសក់ ២ ផ្លែចិតជាចំណិត
- ជីវរាស់ស៊ុយ ១/២ កែវរង្វាល់

រៀបចំសំរាប់មនុស្ស: ៦ នាក់បរិភោគជាមួយនាំមុខ
បរិមាណបរិភោគ : សាឡាត់ ៤-៥ សន្លឹក, សាច់គោ ៣ អោន និងបន្លែតាមការនិយមផ្ទាល់ខ្លួន

ការរៀបចំ :

អាំងសាច់គោទាល់តែឆ្អិនល្មម ។ នៅពេលដែលសាច់គោកំពុងតែអាំង, បក, លាង និងជូតសម្លឹកសាឡាត់ ។ ចិតសំបកត្រសក់ចេញ ហើយបាត់ឱ្យស្លើង ។ លាងជីវរាស់ស៊ុយ ហើយកាត់ជាកំណាត់ ប្រហែល ២ មីនុយ ។ រៀបចំដាក់សាឡាត់ ត្រសក់ និងជីវរាស់ស៊ុយនៅក្នុងចាន ។ ពេលសាច់គោអាំងឆ្អិនហើយយកវាចេញពីក្នុងស្រូវអាំង ហើយបាត់ឱ្យស្លើង ។ រួចហើយរៀបដាក់នៅលើបន្លែដែលបានរៀបចំដាក់នៅក្នុងចានរួចហើយនោះ ។

បរិភោគជាមួយ : ទឹកត្រីជូរមែមដែលមានជាតិអំបិលតិច (បរិមាណបរិភោគក្នុង ១ ពេល គឺ ១ ស្លាបព្រា)

កំណត់សំគាល់អាហារូបត្ថម្ភ

- បន្លាយជាតិស្ករធម្មតា (ប្រើទឹកត្រីតិច)
- បន្លាយជាតិខ្លាញ់ត្រូវបាន និងកូលេស្តេរ៉ូល (ជ្រើសរើសសាច់ដែលមានខ្លាញ់តិច)



Beef and Cucumber Salad

Ingredients/Shopping list

- 18 ounces lean boneless top sirloin or top round (select grade, all fat removed)
- 1 head leaf lettuce
- 2 cucumbers
- ½ cup cilantro

Serves 6 as an appetizer or side dish
Serving size: 4-5 leaves of lettuce, 3 ounces of beef, and vegetables as desired

Preparation

Broil or grill the beef to medium rare. While the beef is cooking, separate, wash, and pat dry the lettuce leaves. Thinly slice the cucumbers. Wash the cilantro and cut into 2 inch sections. Arrange the lettuce, cucumbers, and cilantro on the serving plate.

When the beef is cooked, slice it thinly. Arrange the slices on the serving plate.

Serve with

- 6 tablespoons reduced sodium lime sweet and sour fish sauce (page 43, 1 tablespoon per person)

Nutrition Notes

- Reduced sodium (less fish sauce in the lime sweet and sour fish sauce)
- Reduced saturated fat and cholesterol (lean beef instead of high-fat cut)



សម្លក្រូចសាច់គោ
ត្រីឆ្អឹងឆ្អី

- អង្ករ ១/២ កែវរង្វាល់
- ស្លឹកត្រី ២ គល់បាត់ឱ្យស្លើង
- ខ្ទឹមស ២ កំពឹស, និងខ្លាយ ១/២ ដុំ
- ម្លេង ១ ដុំប្រហែលប៉ុនមេដៃ
- ស្លឹកក្រូចសើច ៥ សន្លឹក
- ម្សៅរមៀត ១/២ស្លាបព្រា
- ខ្លាញ់ កាណូឡា មួយស្លាបព្រាកន្លះ

- ទឹកត្រី ១ ស្លាបព្រា, និងស្ករ ១/២ ស្លាបព្រា
- អំបិល ១/២ ស្លាបព្រា
- សាច់គោ ១ ផ្លែ យកស្បែក និង ខ្លាញ់ចេញ
- ទឹក ៥ កែវរង្វាល់, និងត្របកស្រួយ ៣ ផ្លែ
- ត្រឡាច ១/២ ផ្លែ ឬ ១/៤ ផ្លែ
- ល្ពៅ ១/២ ផ្លែ ឬ ១/៤ ផ្លែ, និងល្ពៅ ១/៤ ផ្លែ
- សណ្តែកក្រូច ១/៤ ផ្លែ

រៀបចំសំរាប់មនុស្ស : ៤ នាក់

បរិមាណបរិភោគ : សម្ល ២ ពែង បាយ ១ ពែង

ការរៀបចំ :

លើសអង្ករទាល់តែមានពណ៌ពងក្រឡាត ហើយកិនឱ្យបានល្អ ។ កិនគ្រឿងផ្សំ (ស្លឹកត្រី, ម្លេង, ខ្ទឹមស, រមៀត, ខ្លាយ, ស្លឹកក្រូចសើច) ជាមួយនិងម៉ាស៊ីនកិនឬបុកជាមួយត្បាល់បុកឱ្យខូចបាត់ ។ បាត់សាច់គោជាដុំប្រហែលកន្លះឱ្យ ឬប៉ុនមេដៃ, រួមទាំងឆ្អឹងផង ប្រសិនបើចូលចិត្ត ។ ចិតសំបកត្រឡាចចេញ, លាងឱ្យ

តលេខក្រោយ

កិច្ចសម្ភាសន៍ពិស្តាររវាង“ខ្មែរជួស”ជាមួយលោក ជំទាវ មូរ សុខហុ

ដោយ : អ៊ឹម ឈឿម

●●●ដូចការគ្រោងទុកទីបំផុតលោកជំទាវ មូរ សុខហុ និងលោក ប៉ុល ហ៊ាម ប្រតិភូដ៏សំខាន់ របស់គណបក្សសង្គ្រោះជាតិដែលទើបតែបានប្រសូត្រចេញពីគណបក្ស សម រង្ស៊ី និងគណបក្ស សិទ្ធិមនុស្សបានមកបំពេញទស្សនៈកិច្ច និងជួបសំណេះសំណាលជាមួយពលរដ្ឋខ្មែរ ព្រមទាំងអ្នកគាំទ្រនៅទីក្រុងហ្សឺណែវដែលហ្សឺ នាវត្រីថ្ងៃ សេរី ខែវិច្ឆិកា កន្លងមកនេះ ដោយមានអ្នកចូលរួម ប្រមាណជាង១០០នាក់ ។ ក្រៅពីនោះគេក៏សង្កេតឃើញថាការជជែកនាំសំខាន់ៗរបស់គណបក្សទាំងពីរក៏បានបង្ហាញនូវវត្តមានរបស់ខ្លួននាជំនួបនោះដែរ ។

ខាងក្រោមនេះជាកិច្ចសម្ភាសន៍រវាង“ខ្មែរជួស” ជាមួយលោកជំទាវ មូរ សុខហុ កាលពីថ្ងៃអាទិត្យ ទី៤ ខែវិច្ឆិកា ដែលមានខ្លឹមសារជាដើមអាទិៈ

អ៊ឹមឈឿម : សូមជម្រាបសួរលោកជំទាវបាន តើលោកជំទាវអាចជម្រាបជូនបានទេ ថាតើបេសកកម្មរបស់លោកជំទាវផ្តោតលើកត្តាសំខាន់ៗអ្វីខ្លះ?

មូរ សុខហុ : ទស្សនៈកិច្ចរវាងខ្ញុំ និងលោក ប៉ុល ហ៊ាម គឺជាបេសកកម្មក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មានអំពីគណបក្សសង្គ្រោះជាតិដល់បងប្អូនខ្មែរយើងនៅឯនាយសមុទ្រ ជាពិសេសនៅសហរដ្ឋអាមេរិក ។ ហើយការរួមគ្នារវាងគណបក្ស សម រង្ស៊ី និងគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស គឺជាព័ត៌មានដែលបងប្អូនខ្មែរយើងទទួលបាន ហើយពួកគាត់អបអរសាទរស្វាគមន៍និងមានការគាំទ្រខ្លាំងបំផុត ។

អ៊ឹម ឈឿម : ចំពោះសម្ព័ន្ធភាពដ៏ល្អរវាងគណបក្ស សម រង្ស៊ី ជាមួយគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស រហូតឈានដល់ការបង្កើតបានជាគណបក្ស



លោកជំទាវ មូរ សុខហុ

សង្គ្រោះជាតិ រហូតមកដល់ពេលនេះគណបក្សសង្គ្រោះជាតិមានការវិវឌ្ឍឈានដល់កំរិតណាហើយបាន? ។

មូរ សុខហុ : យើងបានចុះឈ្មោះនៅក្រសួងមហាផ្ទៃជាផ្លូវការថា ជាគណបក្សពិតប្រាកដ ហើយលោកប្រធានសមរង្ស៊ីបានលាលែងពីគណបក្ស សម រង្ស៊ី ថ្ងៃទី២ ខែវិច្ឆិកា កន្លងមកនេះ និងក្លាយជាប្រធានគណបក្សសង្គ្រោះជាតិជាផ្លូវការហើយដែរ ។

ហើយបើតាមសេចក្តីរាយការណ៍សម្រេច និងសេចក្តីព្រមព្រៀងរវាងគណបក្សសិទ្ធិមនុស្ស និងគណបក្ស សម រង្ស៊ី នៅទីក្រុងម៉ាស៊ីន

នាប្រទេស ហ្វីលីពីន កាលពីថ្ងៃទី១៧ ខែកក្កដា ក៏បានព្រមព្រៀងគ្នាដោយលោកប្រធាន កឹម សុខា និងក្លាយជាអនុប្រធានគណបក្សសង្គ្រោះជាតិ ។ យើងបានធ្វើដំណើរយ៉ាងលឿនដោយក្នុងនាមយើងជាតំណាងរាស្ត្រនៃគណបក្សទាំងពីរយើងបានចុះតាមមូលដ្ឋានគ្រប់ខេត្តក្រុងដើម្បីពន្យល់ពួកគាត់អំពីជម្រើសថ្មីមួយ និងពន្យល់ពួកគាត់ថា ហេតុអ្វីបានជាយើងដាក់ឈ្មោះគណបក្សសង្គ្រោះជាតិ? ។ ក្រៅពីនោះយើងក៏បានលើកផ្លាកសញ្ញាគណបក្សនៅតាមភូមិ ឃុំ មួយចំនួន និងបង្កើតឱ្យមានកម្មវិធីវិទ្យុមួយឈ្មោះថា កម្មវិធី“សង្គ្រោះជាតិ”ដោយក្នុងមួយថ្ងៃផ្សព្វផ្សាយបួនម៉ោង ។ ដោយហេតុនេះហើយ ទើបយើងមកស្វែងរកជំនួយពីបងប្អូនខ្មែរនៅក្រៅប្រទេស ដើម្បីគាំទ្រនូវការចំណាយប្រចាំថ្ងៃប្រចាំខែ រហូតដល់ពេលបោះឆ្នោត ដើម្បីឱ្យសកម្មភាពនេះទ្វេឡើង រហូតប្រយោជន៍ដល់ពលរដ្ឋខ្មែរគាត់បានយល់ និងឱ្យពួកគាត់បោះឆ្នោតឱ្យគណបក្សសង្គ្រោះជាតិគ្រប់ៗគ្នា ។

អ៊ឹម ឈឿម : ដោយសារតែលោកជំទាវជាតស៊ូរដ្ឋប័នដ៏សំខាន់មួយរបស់គណបក្ស សម រង្ស៊ី ជាពិសេសនោះលោកជំទាវក៏ជាមនុស្សម្នាក់ដែលស្ថិតនឹងលោក សម រង្ស៊ី បំផុត ដូច្នេះតើលោកជំទាវអាចព្យាករណ៍ ឬមានសុទ្ធិជំនួយដែរទេ ថាលោក សម រង្ស៊ី អាចវិលចូលស្រុកដើម្បីបន្តអាជីពនយោបាយរបស់ខ្លួនដោយគ្មានទោសទុល្លារដែរឬទេ?

មូរ សុខហុ : បេសកកម្មរបស់លោក ប៉ុល ហ៊ាម និងខ្ញុំមកកាន់សហរដ្ឋអាមេរិក នាពេលនេះក៏ជាផ្នែកមួយក្នុងការធ្វើឱ្យរដ្ឋាភិបាលសហរដ្ឋអាមេរិក ព្រមទាំងសមាជិកសភាព្រឹទ្ធ សភារបស់អាមេរិកឱ្យយល់ថាការបោះឆ្នោតនៅ **តទៅទំព័រ ១២**

គ.ប.ក
CFC-CBC

គណៈកម្មាធិការព្រំដែនកម្ពុជា
សមាគម មិនជាប់ពាក់ព័ន្ធ នឹង គណៈបក្ស នយោបាយ
Comité des Frontières du Cambodge (C F C)
Cambodia's Border Committee (C B C)
ASSOCIATION NON APPARENTÉE AU PARTI POLITIQUE ASSOCIATION UNAFFILIATED TO A POLITICAL PARTY

សៀម ប៉េងសែ

គណកម្មាធិការព្រំដែនកម្ពុជាប្រទេសចារឹក និងក្នុងពិភពលោក
ប្រសិនថ្ងៃទី ២០ តុលា ឆ្នាំ២០១២
ជណ្តើរកន្លែងសន្តិសញ្ញាដែលបានចុះជាមួយប្រទេសវៀតណាម
ក្នុងឆ្នាំ១៩៧៩-១៩៨២-១៩៨៣-១៩៨៥-២០០៥
ក/ សន្តិសញ្ញាចុះថ្ងៃទី ១៨ កុម្ភៈ ១៩៧៩ (តពីលេខមុន)

(យោងតាមការយកព័ត៌មានរបស់សារព័ត៌មានបារាំងឡឺម៉ង់លេខ៤៨៥៦ ចុះថ្ងៃទី១៥ មិថុនា ១៩៧៩ និងលេខ ៥៩០៤ ចុះថ្ងៃទី ១២ សីហា ឆ្នាំដដែល) ។

លោក ហ៊ុន សែន គួរតែរៀនពីប្រវត្តិសាស្ត្រ និងពិសិទ្ធិរបស់ប្រទេសកម្ពុជាបន្តិចសិន ដើម្បីចៀសវាងការនិយាយ ឬការចុះហត្ថលេខាណាមួយដោយផ្ដេសផ្ដាសដែលធ្វើឱ្យខូចដល់ឧត្តមប្រយោជន៍របស់ប្រទេស ។

ផលវិបាកនៃសន្តិសញ្ញាទាំងនេះ

ក្នុងចំណោមសន្តិសញ្ញា និងកិច្ចព្រមព្រៀងដែលបានលើកមកខាងលើនេះ សាធារណរដ្ឋសង្គមនិយមវៀតណាមបានផ្អែកទៅលើកិច្ចព្រមព្រៀងស្តីពី ទឹកប្រវត្តិសាស្ត្រ ចុះថ្ងៃទី៧ ខែកក្កដា ១៩៨២

ដើម្បីដាក់សេចក្តីថ្លែងការណ៍ចំនួនពីរនៅមហាសិទ្ធិបាតអង្គការសហប្រជាជាតិ និងចុះហត្ថលេខាលើសន្តិសញ្ញាមួយជាមួយប្រទេសថៃឡង់ ។

សេចក្តីថ្លែងការណ៍នៅ អសប

សាធារណរដ្ឋសង្គមនិយមវៀតណាម បានដាក់សេចក្តីថ្លែងការណ៍ពីរនៅ អសប មួយចុះថ្ងៃ ១២ ខែ វិច្ឆិកា ១៩៨២ និងមួយទៀតនៅថ្ងៃ ៥ ខែមិថុនា ១៩៨៤ ដែលក្នុងនោះ ប្រទេសវៀតណាមបានទាមទារឱ្យប្រទេសទាំងអស់ដែលជាសមាជិករបស់ អសប គោរពនូវបន្ទាត់មូលដ្ឋានថ្មីនៃសមុទ្រដែនដី និងលំហរអាកាសថ្មីរបស់ប្រទេសវៀតណាម ដែលទើបនឹងកាត់យកពីប្រទេសកម្ពុជាមកដោយអំណាចនៃកិច្ចព្រមព្រៀងនេះ ។

ប្រសិនបើសាធារណរដ្ឋសង្គមនិយមវៀតណាម

មានចិត្តស្មោះ ហើយប្រសិនបើមិនបានចំណេញ ទឹកដីអ្វីថ្មីដោយសារសន្តិសញ្ញា និងកិច្ចព្រមព្រៀងទាំងនេះទេនោះនោះប្រាកដជាពុំមានសេចក្តីថ្លែងការណ៍ណាមួយថ្មី ដាក់នៅមហាសិទ្ធិបាត អង្គការសហប្រជាជាតិនោះឡើយ ។

ក្នុងចំណោមតតិយៈប្រទេសក្នុងតំបន់សាធារណរដ្ឋសិង្ហបុរី នៅថ្ងៃទី៥ ខែធ្នូ ១៩៨៦ បានតវ៉ានឹងសេចក្តីថ្លែងការណ៍របស់ប្រទេសវៀតណាមទាំងនេះ ដោយបានទុកជាទង្វើផ្ទុយនឹងគោលការណ៍ច្បាប់អន្តរជាតិ ។

នៅក្នុងជំនាន់នោះដែរ នៅថ្ងៃទី១២ ខែ មិនា ១៩៨៦ សម្តេចនរោត្តម សីហនុ ក្នុងឋានៈព្រះអង្គជាប្រធានរដ្ឋាភិបាលចុះបានធ្វើសេចក្តីថ្លែងការណ៍មួយទុកសន្តិសញ្ញា និងកិច្ចព្រមព្រៀងដែលបានចុះរវាងសាធារណរដ្ឋសង្គមនិយមវៀតណាម និងសាធារណរដ្ឋប្រជាមានិតកម្ពុជានោះ ជាមោឃៈនិងមិនបានការ ។

កិច្ចព្រមព្រៀងទ្វេភាគីសាធារណរដ្ឋសង្គមនិយមវៀតណាម និងប្រទេសថៃឡង់

មួយវិញទៀត នៅថ្ងៃទី១១ ខែសីហា ១៩៩៧

ឆ្លៀតឱកាសមានកិច្ចព្រមព្រៀងឆ្នាំ ១៩៨២ នេះប្រទេសវៀតណាមបានចុះហត្ថលេខាម្នាក់ឯងលើសន្តិសញ្ញាទ្វេភាគីមួយទៀត ជាមួយប្រទេសថៃឡង់ ដើម្បីកំណត់តំបន់សមុទ្រថ្មីនៃប្រទេសទាំងពីរនៅលើផែនប្រយោជន៍ខ្មែរ ដែលធ្វើឱ្យខ្មែរបានបាត់បង់តំបន់សមុទ្ររបស់ខ្លួនអស់មួយចំនួនមួយភាគបី(៣០ ០០០គម^២)បន្ថែមទៀត ។

ចំពោះសន្តិសញ្ញានេះលោក ហ៊ុន សែន ខ្លួនឯងបានធ្វើការតវ៉ាទៀតផង ក្នុងពេលដែលទៅធ្វើទស្សនកិច្ចជាផ្លូវការលើប្រទេសថៃឡង់ នៅថ្ងៃទី ៧ ខែឧសភា ឆ្នាំ ១៩៩៨ ប៉ុន្តែប្រទេសនេះបានឆ្លើយថា ឱ្យលោក ហ៊ុន សែន ទៅតវ៉ាជាមួយប្រទេសវៀតណាមវិញទៅដែលបានប្រើកិច្ចព្រមព្រៀងឆ្នាំ១៩៨២ ក្នុងការធ្វើសន្តិសញ្ញាជាមួយប្រទេសថៃឡង់នេះ ។

ត-កិច្ចព្រមព្រៀង និងសន្តិសញ្ញាថ្ងៃ ទី ២០កក្កដា ១៩៨៣

កិច្ចព្រមព្រៀងថ្មីស្តីពី“លក្ខន្តិកៈព្រំដែន”និងសន្តិសញ្ញាថ្មីស្តីពី“គោលការណ៍ដំណោះស្រាយបញ្ហាព្រំដែន”ត្រូវបានធ្វើឡើងតាំងបទបញ្ជាក្នុងការបង្កើត និងការកំណត់តំបន់ព្រំដែនលើការរស់នៅរបស់ប្រជាពលរដ្ឋ ការធ្វើជំនួញជួញដូរ និងការចេញចូលដោយសេរី ឆ្លងកាត់ព្រំដែនប្រទេស

តទៅទំព័រទី៧

ឌី ឈែមបូឌា ជេលី The Cambodia Daily

ជំនឿប្រែប្រួលពីការសាងសង់គ្រួសារ

អត្ថបទសម្រាប់ និងទទួលបានការអនុញ្ញាតឱ្យផ្សព្វផ្សាយពី ឌី ឈែមបូឌា ជេលី

ច្បាប់ចេញផ្សាយថ្ងៃ ពុធ ទី០៧ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ២០១២

ក្រុមទី៣នៃកងកម្លាំងកម្រាសន្តិភាពកម្ពុជា ចេញដំណើរទៅលើបង់ប្រាក់ប្រកួតប្រជែងកម្រាសន្តិភាព

ខេមបូឌា ជេលី

កងកម្លាំងកម្រាសន្តិភាពកម្ពុជាចំនួន២០នាក់បានចេញដំណើរទៅប្រទេសលីបង់ដាទីដែលពួកគេនឹងចូលរួមពួកកងបេសកកម្មកម្រាសន្តិភាពអង្គការសហប្រជាជាតិនៅទីនោះ និងចូលសកម្មភាពដោះមីន។

លោកឧត្តមសេនីយឯក សែម សុវណ្ណ អគ្គនាយកមជ្ឈមណ្ឌលជាតិទទួលបន្ទុកកងកម្លាំងកម្រាសន្តិភាពបោសសម្អាតមីន និងគ្រឿងផ្ទុះសល់ពីសម័យសង្គ្រាមបានមានប្រសាសន៍ថា កងកម្លាំងទាំងនេះ ជាអ្នកកងទេសខាងដោះមីន និងយុទ្ធករណ៍មីនទាន់ផ្ទុះ (UXO) ហើយក៏នឹងជួយស្ថាបនាផ្លូវថ្នល់ផងដែរ។

លោកឧត្តមសេនីយឯក សែម សុវណ្ណ បានមានប្រសាសន៍ទៀតពីជំនួសដំណើរពីក្រសួងមហាផ្ទៃថា

កងកម្លាំងនេះ គឺជាកងកម្លាំងទី៣ នៃកងកម្លាំងថែរក្សាសន្តិភាពកម្ពុជា ដែលនឹងត្រូវបញ្ជូនទៅកាន់ប្រទេសលីបង់ ដើម្បីជំនួសក្រុមទី២ ដែលត្រូវវិលត្រឡប់មកកាន់មាតុភូមិវិញនៅចុងខែនេះ បន្ទាប់ពីបេសកកម្មរយៈពេលមួយឆ្នាំ ។

យោងតាមទិន្នន័យដោយមជ្ឈមណ្ឌលជាតិទទួលបន្ទុកកងកម្លាំងកម្រាសន្តិភាពបោសសម្អាតមីន និងគ្រឿងផ្ទុះសល់ពីសម័យសង្គ្រាមបានឱ្យដឹងថា ចាប់តាំងពីចាប់ផ្តើមបញ្ជូនកងកម្លាំងកម្រាសន្តិភាពទៅប្រទេសកាលពីឆ្នាំ២០០៧ មកប្រទេសកម្ពុជាបានបញ្ជូនទាហានចំនួន ១.២៣៧នាក់ហើយ ដើម្បីចូលរួមក្នុងបេសកកម្មអង្គការសហប្រជាជាតិនៅស៊ីដង់ខាងត្បូងប្រទេស ឆាដ សាធារណៈរដ្ឋអាហ្វ្រិកកណ្តាល និងប្រទេសស៊ីរី ។

ចាប់ផ្តើមសាងសង់ព្រះមេរុសម្រាប់បូជាបរមសព ព្រះមហាវិរក្សត្រនរោត្តម សីហនុ

ខេមបូឌា ជេលី

នៅក្នុងរាជធានីភ្នំពេញគេបានចាប់ផ្តើមសាងសង់ព្រះមេរុសម្រាប់បូជាព្រះបរមសពសម្តេចឪ ដែលនឹងត្រូវបូជានៅក្នុងខែកុម្ភៈ ។

កម្មករនៅវាលព្រះមេរុ នៅទល់មុខសារមន្ទីរជាតិ និងនៅក្បែរព្រះបរមរាជវាំង បានដឹកកាយមួយផ្នែកធំនៃតំបន់ដែលមានស្មៅក្រាស់នេះ ។

ព្រះអង្គម្ចាស់ ស៊ីសុវត្ថិ ធម្មាកោ ដែលជាប្រធានខុទ្ទកាល័យព្រះបរមសពសម្តេចឪ បានមានបន្ទូលថា "ពួកគេកំពុងដឹកដី ដើម្បីរៀបចំវាលព្រះមេរុសម្រាប់ពិធីបូជាព្រះបរមសពដែលនឹងត្រូវប្រព្រឹត្តទៅក្នុងខែកុម្ភៈ" ។

ព្រះមហាវិរក្សត្រនរោត្តម សីហនុ បានយាងចូលទិវង្គតដោយសារគាំងបេះដូងនៅក្នុងទីក្រុងបេកាំង

កាលពីថ្ងៃទី១៥ ខែតុលា ហើយព្រះបរមសពរបស់ព្រះអង្គបច្ចុប្បន្នកំពុងស្ថិតនៅក្នុងព្រះបរមរាជវាំង ។

អតីតព្រះមហាវិរក្សត្រអង្គនេះ និងត្រូវបូជាក្នុងពិធីដ៏ស្ថិតស្ថេរមួយទៅតាមប្រពៃណីរបស់រាជវង្សខ្មែរ ។ ព្រះរាជពិធីបុណ្យព្រះសពបែបនេះ មិនបានអនុវត្តចាប់តាំងពីឆ្នាំ១៩៦០ មកម្ល៉េះ ។

ព្រះអង្គម្ចាស់ ធម្មិកោ បានមានប្រសូលថា នៅពេលនាប៉ុន្មាននេះកម្មករនឹងស្ថាបនា ព្រះមេរុមួយយនៅលើវាលព្រះមេរុ ដែលមានលក្ខណៈដូចគ្នានឹងព្រះមេរុបូជាព្រះបរមសពព្រះមហាក្សត្រ សុរាម្រិត កាលពីជាង ៥០ឆ្នាំមុន ។

ពិធីបូជាព្រះបរមសពទៅតាមទំនៀមទម្លាប់ព្រះរាជវង្សខ្មែរ ត្រូវបានរៀបចំឡើងតំណាងឱ្យព្រះមេរុនៅក្នុងទេវកថានៃសាសនាហិណ្ឌូ ។

សំណុំរឿងឃាតកម្មលោក ជា វិជ្ជា ត្រឡប់មកកាន់តុលាការម្តងរទៀត បន្ទាប់ពីពន្យារពេលអស់៨ឆ្នាំ

ខេមបូឌា ជេលី

បុរសពីរនាក់ដែលត្រូវបានតុលាការចោទប្រកាន់កាលពីឆ្នាំ២០០៤ ពីបទធ្វើឃាតលោក ជា វិជ្ជា មេដឹកនាំសហជីពនិងត្រូវបានគេដឹងជាទូទៅថា ជាមនុស្សត្រូវគេទម្លាក់កំហុសលើនោះនឹងត្រូវបង្ហាញខ្លួននៅសាលាឧទ្ធរណ៍ ដើម្បីចូលរួមសវនាការជំនុំជម្រះឡើងវិញនៅថ្ងៃនេះ ដោយគិតមកទល់នឹងពេលនេះជិតបួនឆ្នាំហើយ បន្ទាប់ពីតុលាការកំពុងបានដោះលែងពួកគេ ហើយបានបង្គាប់ឱ្យមានការស៊ើបអង្កេតសំណុំរឿងនេះឡើងវិញ ។

លោក ប៊ិន សំណាង និងលោក សុខ សំអឿន ត្រូវបានចាប់ខ្លួនមួយសប្តាហ៍បន្ទាប់ពីលោក ជា វិជ្ជា ត្រូវបានគេសង្ឃឹមនៅក្នុងរាជធានីភ្នំពេញកាលពីថ្ងៃទី២២ ខែមករា ឆ្នាំ២០០៤ ។ ក្រោយមកក្នុងឆ្នាំដែលនោះពួកគេត្រូវបានតុលាការផ្តន្ទាទោសម្នាក់ៗឱ្យជាប់ពន្ធនាគាររយៈពេល២០ឆ្នាំ បើទោះពួកគេប្រកែកថា ជាការទម្លាក់កំហុសក៏ដោយ ។

ថ្មីបើបទចោទប្រកាន់ត្រូវបានតម្កល់ ក៏ដោយតែតុលាការកំពុងបានដោះលែងបុរសទាំងពីរនាក់ឱ្យនៅក្រៅឃុំ កាលពីចុងឆ្នាំ២០០៨ ហើយបានបង្គាប់ឱ្យសាលាឧទ្ធរណ៍បើកការស៊ើបអង្កេតឡើងវិញលើសំណុំរឿងឃាតកម្មនេះ ។ សាលាឧទ្ធរណ៍បានបង្វិលសំណុំរឿងនេះទ្រឡប់ទៅកាន់សាលាដំបូងរាជធានីភ្នំពេញវិញដែលដំបូងឡើយបានចោទប្រកាន់បុរសទាំងពីរនាក់នេះ កាលពីឆ្នាំ២០០៩ ។

សាលាឧទ្ធរណ៍បានកំណត់កាលបរិច្ឆេទ បើកសវនាការឡើងវិញក្នុងខែសីហា ឆ្នាំ២០១១ ប៉ុន្តែបានផ្អាកទៅវិញនៅពេលដល់ថ្ងៃកំណត់ ។

មេធាវីរបស់លោក ប៊ិន សំអាត និងលោក សុខ សំអឿន បានលើកឡើងថា កូនក្តីរបស់ខ្លួនបានត្រៀមខ្លួនចូលរួមសវនាការនៅថ្ងៃនេះ ។

លោក ជុំ សុវណ្ណាឈី មេធាវីរបស់លោក ប៊ិន

សំណាង បានមានប្រសាសន៍ថា "ខ្ញុំមិនអាទិយាយបានថា តើខ្ញុំអាចការពារកូនក្តីរបស់ខ្ញុំនឹងអនុញ្ញាតឱ្យតាត់នៅក្រៅឃុំ បានឬក៏អត់នោះទេ ពីព្រោះខ្ញុំចាំបាច់ដាក់ទទួលខុសត្រូវថា ភ័ស្តុតាងមានអ្វីខ្លះ ដែលសាលាដំបូងរាជធានីភ្នំពេញបានរកឃើញ" ។

លោក កៅ ទី មេធាវីតំណាងឱ្យគ្រួសារសពលោក ជា វិជ្ជា បានលើកឡើងថា លោកសង្ឃឹមថា ការបើកសវនាការជំនុំជម្រះឡើងវិញ នឹងទទួលបានជោគជ័យ បន្ទាប់ពីការបើកសវនាការលើកមុនបានបរាជ័យនោះ ។

លោកបានមានប្រសាសន៍ថា "ខ្ញុំសង្ឃឹមថា តុលាការនឹងស្វែងរកឱ្យឃើញឧក្រិដ្ឋកម្មដ៏ស្មើគ្នា ដើម្បីផ្តល់យុត្តិធម៌ឱ្យគ្រួសារលោក ជា វិជ្ជា" ។

តាំងពីដំបូងមកម្ល៉េះលោក ប៊ិន សំណាង និង លោក សុខ សំអឿន សុទ្ធតែបានអះអាងថា ខ្លួនមិនមានជាប់ពាក់ព័ន្ធនៅក្នុងការសម្លាប់របស់មេដឹកនាំសហជីពដ៏ល្បីល្បាញនេះទេ ហើយបានបង្ហាញតុលាការអំពីការសំអាងដ៏ជាក់ស្តែង អំឡុងការបើកសវនាការដំបូងរបស់ពួកគេ ។

ក្រុមអ្នកអង្កេតការអន្តរជាតិ និងអង្គការសិទ្ធិមនុស្សក្នុងស្រុកបានលើកឡើងថា ទាំងការស៊ើបអង្កេតនិងការបើកសវនាការសុទ្ធតែធ្វើឡើងដោយមិនត្រឹមត្រូវទាល់តែសោះ ។ សម្តេចឪព្រះបាទនរោត្តម សីហនុ បានព្រមយល់បន្តព្រះអង្គថា បុរសទាំងពីរនាក់នេះសុទ្ធតែមិនមានកំហុសនៅអំពើឃាតនេះទេ ។ ហើយកាលពីឆ្នាំ២០០៦ លោក ហេង ពៅ អតីតស្តេចក្រុងកម្ពុជាស៊ើបអង្កេតបុរសទាំងពីរនាក់នេះ ហើយដែលត្រូវកំពុងតែជាប់ពន្ធនាគារយ៉ាងយូរពីបទជាប់ពាក់ព័ន្ធនឹងអំពើឃាតកម្ម និងបទល្មើសធ្ងន់ធ្ងរផ្សេងៗទៀតបានប្រាប់ទស្សនវិជ្ជាទាំងមួយថា បុរសទាំងពីរនាក់ត្រូវគេទម្លាក់កំហុស ។

ការបើកសវនាការរបស់តុលាការក្រុងឡាអេ ស្តីពីប្រាសាទព្រះវិហារ នឹងធ្វើឡើងក្នុងខែមេសា

ខេមបូឌា ជេលី

ក្រុមមន្ត្រីរដ្ឋាភិបាលបានលើកឡើងថា នៅខែមេសាខាងមុខនេះតុលាការយុត្តិធម៌អន្តរជាតិ (International Court of Justice) នឹងបើកសវនាការផ្ទាល់មាត់រវាងប្រទេសកម្ពុជា និងប្រទេសថៃ អំពីទឹកដីមានជម្លោះនៅជុំវិញប្រាសាទព្រះវិហារ ។

លោក វ៉ា គីមហុង ប្រធានគណៈកម្មាធិការព្រំដែនរបស់កម្ពុជាបានមានប្រសាសន៍នៅក្រៅសិក្ខាសាលាស្តីពីមិត្តរូបសម្រាប់ប្រាសាទព្រះវិហារ ដែលធ្វើឡើងក្នុងរាជធានីភ្នំពេញថា "ការបើកសវនាការ

ផ្ទាល់មាត់ជាមួយភាគីថៃនឹងធ្វើឡើងនៅក្នុងខែមេសា ដូច្នេះយើងអាច" ។

លោក គីមហុង បាបដិសេធមិននិយាយថា តើភាគីណាជាអ្នកសុំឱ្យបើកសវនាការជំនុំជម្រះ ឬបញ្ហាអ្វីខ្លះនឹងត្រូវភាគីកម្ពុជាលើកឡើងនោះទេ ។

សវនាការជំនុំជម្រះទាក់ទងនឹងសំណើរបស់រដ្ឋាភិបាលកម្ពុជា កាលពីចុងខែមេសាឆ្នាំ២០១១ ដោយស្នើឱ្យតុលាការយុត្តិធម៌អន្តរជាតិបកស្រាយសាលាក្រមឆ្នាំ១៩៦២ ដែលប្រគល់ប្រាសាទព្រះវិហារមកឱ្យប្រទេសកម្ពុជាវិញ និងកំណត់ថា តើសេចក្តីសម្រេច

នេះពិតជាបានផ្តល់កម្មសិទ្ធិមកឱ្យប្រទេសកម្ពុជាវិញ ដែរឬទេនូវទឹកដីក្បែរនោះទំហំ៤.៦គីឡូម៉ែត្រក្រឡាដែលប្រទេសថៃបានទាមទារ ។

លោក ជុំ អឿន ប្រធានអាជ្ញាធរជាតិព្រះវិហាររបស់កម្ពុជាបានមានប្រសាសន៍ថា កាលពីខែមុនថា តុលាការក្រុងឡាអេសង្ឃឹមថា នឹងចេញសេចក្តីសម្រេច នៅក្នុងខែមេសាមិនមែន ដូចគម្រោងលើកមុនថា ប្រកាសក្នុងខែនេះទេ ។ សេចក្តីប្រកាសត្រូវបានធ្វើឡើងនៅចំពោះមុខនិស្សិតសាកលវិទ្យាល័យជាង៥០០នាក់ដែលទិស្តីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រីអញ្ជើញ

ចូលរួមស្តាប់បាត់កថា និងទស្សនាខ្សែវីដេអូស្តីពីជម្លោះអំពីប្រាសាទព្រះវិហារ ។ ប្រទេសថៃ និងប្រទេសកម្ពុជាបានប៉ះទង្គិចគ្នាដោយអារុជជាច្រើនលើកនៅជុំវិញទឹកដីមានជម្លោះនេះ ហើយបានបណ្តាលឱ្យមនុស្សស្លាប់ក្នុងប៉ុន្មានឆ្នាំនេះ ប៉ុន្តែភាគីទាំងពីរបានដកកងទ័ពចេញវិញ កាលពីក្នុងខែកក្កដា តាមបញ្ជាពីតុលាការយុត្តិធម៌អន្តរជាតិ ដែលជាវិធានការបណ្តោះអាសន្នមួយមុននឹងការសម្រេចសេចក្តីចុងក្រោយ ។

ឌី ឈែមបូឌា ដេលី

The Cambodia Daily

ដំណើរការសវនកម្មសាលាដំបូង

អត្ថបទជំនួស ៖ ទំនួលការអនុញ្ញាតឱ្យធ្វើការប៉ុន្មានឆ្នាំ ឌី ឈែមបូឌា ដេលី

ច្បាប់ចេញផ្សាយថ្ងៃ ពុធ ទី០៧ ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ២០១២

World Court to hold Preah Vihear Hearing

The International Court of Justice (ICJ) will hold a verbal hearing with Cambodia and Thailand over disputed land around Preah Vihear Temple in April, government officials said. “A verbal hearing with the Thai Party will be held in April so that [we can] have a question and answer session face to face with courts,” said the chairman of Cambodia’s border committee, Var Kimhong, on the sidelines of a Friends of Preah Vihear seminar held in Phnom Penh. Mr. Kimhong declined to say what issues would be raised by the Cambodian side at the hearing, which relates to a request filed in April 2011 by the Cambodian government asking the ICJ to “interpret” a 1962 ruling that awarded the temple to Cambodia, and to determine whether the ruling also effectively gave the country ownership of an adjacent 4.6 square km claimed by Thailand. Chuch Phoeun, chairman of Cambodia’s National Authority for Preah Vihear, said last month that The Hague-base court hope to come a decision by April.

Thailand and Cambodia have fought several deadly clashes over the contested land in recent years, but both side with drew their troops in July as a provisional measure in advance of the ICJ’s decision.

Chea Vichea Murder Case Back in Court

The two men convicted of-and widely believed framed for-the 2004 assassination of union leader Chea Vichea are set to appear at the Appeal Court for their retrial today, nearly four years after the Supreme Court released them and ordered a reinvestigation of the case.

Born Samnang and Sok Som Oeun were arrested a week after Chea Vichea was gunned down in Phnom Penh on January 22, 2004. They were convicted later that year amid an outcry over perceived cover-up in the killing, and sentenced to 20 years in jail each.

Though upholding the charges, the Supreme Court released the pair on bail in late 2008 and ordered the Appeal Court to reinvestigate the killing. The appeal Court kicked the case back down to the Phnom Penh Municipal Court, which had originally convicted the two men in 2009.

The Appeal Court had scheduled a date for the retrial in August 2011, but postponed the proceedings indefinitely on the day the hearing was due to take place.

Mr. Samnang and Mr. Sam Oeun’s lawyers said that their clients were ready to attend the hearing today.

“I cannot say whether I can protect my client and let him stay out of custody because I need to hear what evidence the Phnom Penh court found,” said Chum Sovannaly, Mr. Samnang’s lawyer.

Kao Ty, a lawyer representing Chea Vichea’s family, said he hoped the retrial would succeed where the original had failed.

“I hope the court will find real

perpetrators to give justice to Chea Vichea’s family,” he said.

Mr. Samnang and Som Oeun both professed their innocence in the outspoken union leader’s death from the very start and presented the court with solid alibis during their original trial.

International observers and human rights groups have said both the investigation and trial were deeply flawed. The late Norodom Sihanouk wrote a letter expressing his belief that both men were innocent of the murder. And in 2006, former Phnom Penh municipal police chief Heng Pov, who had led the police in vestigation, and who is now serving a lengthy prison term for murder and another serious crimes, told a French magazine that both men had been framed for the killing.

Work Starts on Funeral Pyre for Late King Father

Work began in Phnom Penh to create a funeral pyre for the late King Father Norodom Sihanouk, who will be cremated in February. Workers at Veal Mean, the field in front of the National Museum and adjacent to the Royal Palace, have dug up a large part of the previously grass-covered.

“They are digging to prepare the Veal Mean for the cremation ceremony that will be held in February,” said prince Sisowath Thomico, who was the late King Father’s cabinet chief. Norodom Sihanouk died of heart attack in Beijing on October 15 and his body is currently lying in state at the palace. The form King is set to be cremated in an elaborate ceremony in the tradition of Khmer monarchs. Such a royal funeral has

not been put into practice since 1960. Prince Thomico said the works would soon construct a “monument” on the field, which would “look exactly like” the tiered tower on which King Suramarit was cremated more than five decades ago. The funeral pyre in a Khmer royal funeral is arranged to represent the sacred Mount Meru of Hindu mythology.

តបកម្មទំនើប

តណកម្មាធិការព្រំដែនកម្ពុជា....

ទាំងពីរ ដែលជាការធ្វើឱ្យខូចប្រយោជន៍ដល់ខ្មែរ ។

សន្និសីទក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ត្រូវបានបោះឆ្នោតលើខាងដោយភាគីទាំងពីរ ដើម្បីធ្វើឱ្យការកែច្នៃសំណង់ដីមេឡៅ ជាផ្លូវការនូវការកំណត់ ព្រំដែនថ្មីរវាងប្រទេសទាំងពីរដោយមិនគិតពីការទទួលស្គាល់នានាដែលរដ្ឋាភិបាលវៀតណាមខាងជើង និងរដ្ឋាភិបាលសហរដ្ឋអាមេរិកដោះស្រាយរវាងពួកគេ។ ក្នុងករណីនេះ ការកំណត់ព្រំដែនថ្មីនេះ គឺជាជំហានដំបូងមួយក្នុងចំណោមជំហានដ៏ច្រើន ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាព្រំដែនរវាងប្រទេសកម្ពុជា និងប្រទេសវៀតណាមខាងជើង។

លោក ហ៊ុន សែន បាន អះអាងថា សន្និសីទលើបញ្ហា ទឹកដីដែលលោកបានធ្វើជាមួយក្រុងហាណូយក្នុងឆ្នាំ១៩៨៣ និង ១៩៨៥នោះ គឺស្របទៅនឹងផែនទីរបស់ប្រទេសកម្ពុជាដែល សម្តេចនរោត្តម សីហនុ បានយក ទៅកម្ពុជាទៅអង្គុយប្រជាជាតិក្នុងឆ្នាំ១៩៦៤ ។ ក្នុងរឿងនេះ គួរតែលោក ហ៊ុន សែន សួរទៅខ្មែរនានាដែលរស់នៅៗតាមតំបន់ព្រំដែននោះមើលមានលោក ហេង សំរិន ជាដើម ។ (បច្ចុប្បន្នប្រធានរដ្ឋសភា) តើហេតុ ដូចម្តេចបានជាដីធ្លី និង

ផ្ទះសម្បែងរបស់អ្នកទាំងអស់នោះ ដែលកាលពីដើមក្នុងឆ្នាំ១៩៦០ ស្ថិតនៅក្នុងទឹកដីខ្មែរ ឆ្ពោះជាច្រើនឆ្នាំមកហើយត្រូវបាន ឥឡូវនេះបែរជាទៅនៅក្នុងទឹកដីយួនទៅវិញ ។

ព្រះមហាក្សត្រសម្តេចព្រះនរោត្តម សីហនុ កាលព្រះអង្គនៅសោយរាជ្យពីឆ្នាំ១៩៩៣ ដល់ ២០០៤ ព្រះអង្គបានផ្តន្ទាថាប្រសិនបើសន្និសីទក្នុងប្រទេសកម្ពុជាដែលបានធ្វើក្នុងឆ្នាំ១៩៨០នេះ ដែល “បានធ្វើឱ្យមានការប៉ះពាល់ដល់តំបន់ព្រំដែនដីគោក និងព្រំដែនសមុទ្ររបស់ប្រទេសកម្ពុជាដែលមានពីឆ្នាំ ១៩៦៣ ដល់ ១៩៦៥” ហើយព្រះអង្គ និងមិនចុះហត្ថលេខា “ទទួលស្គាល់សន្និសីទទាំងនោះឡើយ (D Sihanouk ne signera pas)” ។ ក្រោយមកព្រះករុណាបានផ្តោតទៅលើលោក វ៉ា គីមហុង បានដែលបង្ហាញដល់ព្រះអង្គនូវ “ផែនទីក្លែងក្លាយមួយរបស់ប្រទេសយើង (ប្រទេសកម្ពុជា) ផែនទីដែលលោកនេះបានអះអាងថា (ជាការភូតកុហក) ជាផែនទីរបស់សង្គមរាស្ត្រនិយម” -របបសង្គមរាស្ត្រនិយមរបស់សម្តេចនរោត្តម សីហនុពីឆ្នាំ ១៩៥៥

ដល់ ១៩៦៥ (D Sihanouk) ។

យ-កិច្ចព្រមព្រៀងចុះថ្ងៃ ២៧ ធ្នូ ១៩៨៥

លោក ហ៊ុន សែន បានសរសើរខ្លួនឯងពី “លទ្ធផលដ៏ត្រចះត្រង់” ដោយសារការប្តេជ្ញាបញ្ចូលគ្នារវាងផែនទី ដើម្បីធ្វើឱ្យការកំណត់ដីគោកមានភាពកាន់តែច្បាស់លាស់” ថែមទៀត ។ សូមរំលឹកថា ផែនទីប្រទេសកម្ពុជាឆ្នាំ១៩៦៤ ដែលត្រូវបានទទួលស្គាល់ជាអន្តរជាតិនេះ គឺត្រូវបានដោយយោងទៅតាមផែនទីខ្នាត១/១០០ ០០០ របស់វិទ្យាស្ថានជាតិខាងភូមិសាស្ត្ររបស់បារាំងឆ្នាំ១៩៥៣ ដែលក្រោយមកជាមូលដ្ឋានក្នុងការរៀបចំផែនទីភូគព្ភសាស្ត្រប្រទេសកម្ពុជាខ្នាត ១/២០០ ០០០ ធ្វើពីឆ្នាំ១៩៦៣ ដល់១៩៧២ ។

គឺផែនទីនេះហើយដែលបានយកមកប្រើនៅពេលសន្និសីទនៅក្រុង ស្ទីណែវ ក្នុងឆ្នាំ ១៩៨៤ និងក្នុងពេលថ្មីៗនេះក្នុងឆ្នាំ១៩៩២ ប្រើប្រាស់ដោយអ៊ិនតាក់ ។ គេអាចសង្កេតឃើញថា សន្និសីទរវាងក្រុងហាណូយ និងលោក ហ៊ុន សែន ចុះថ្ងៃទី ២០ កក្កដា ឆ្នាំ ១៩៨៣ ទាំងនេះស្តីពី “គោលការណ៍ដំណោះស្រាយបញ្ហាព្រំដែន” និងលើ “លក្ខន្តិកៈព្រំដែន” មិនបាននិយាយពីផែនទី អ្វីយទេអីម របស់

យួន និងអាមេរិកនោះឡើយ ផ្ទុយទៅវិញ គេបានឃើញនៅក្នុងសន្និសីទចុះថ្ងៃទី២៧ ធ្នូ១៩៨៥ នោះវិញ ស្តីពី “ការកំណត់ព្រំដែន” “ដូចគ្នានេះដែរ នៅក្នុងសន្និសីទប្រចាំប្រទេសកម្ពុជាឆ្នាំ២០០៥ ។ លោក ហ៊ុន សែន និងរដ្ឋមន្ត្រីរបស់លោកពុំដែលបានផ្តល់ព័ត៌មានអ្វីដល់សាធារណជនពីអត្ថិភាពនៃផែនទីខ្នាត ១/៥០ ០០០ នេះម្តងណានោះឡើយ ៖ មាត្រា២នៃរដ្ឋធម្មនុញ្ញរបស់ប្រទេសកម្ពុជាបានកំណត់តែពីផែនទីរបស់ឥណ្ឌូចិនបារាំងសែសដែលបានរៀបចំឡើងរវាងឆ្នាំ១៩៣៣ និង១៩៥៣ ខ្នាត ១/១០០ ០០០ តែប៉ុណ្ណោះ ។

ផ្ទុយទៅវិញ សន្និសីទរវាងក្រុងហាណូយ និងលោក ហ៊ុន សែន ចុះថ្ងៃទី២៧ ខែធ្នូ ឆ្នាំ១៩៨៥ ដែលបានធ្វើដោយយកតាមរបៀប អ៊ុយតេអិម បានយកផ្ទាំងផែនទីចំនួន២៦ ផ្ទាំងនៃផែនទីរបស់អតីតឥណ្ឌូចិនបារាំងសែស ខ្នាត ១/១០០ ០០០ ទៅផ្ទុំនឹងផែនទីចំនួន៤០ផ្ទាំងផ្សេងទៀត របស់យួន និងអាមេរិកាំង” ខ្នាត ១/៥០ ០០០ ។ ក្នុងបញ្ហានេះលោក ហ៊ុន សែន ត្រូវតែឆ្លើយ តើហេតុអ្វីបានជាលោកទៅទទួលស្គាល់ផែនទីរបស់យួន និងអាមេរិកាំង

មានតម្លៃក្រោយ

ក្រុមប្រឹក្សាភិបាលសហគមន៍កម្ពុជា ពិភាក្សានៅកម្ពុជា

(ស្ថិតិលេខ១២)

ការគ្រប់គ្រងធនធានធម្មជាតិ

កងយោធពលខេមរភូមិន្ទ (RCAF) មានគោលបំណងយុទ្ធសាស្ត្រ បន្តិចបន្តួច និងសមត្ថភាពប្រតិបត្តិការត្រួតពិនិត្យឃ្លាំង។

២. វិស័យព្រៃឈើរបស់ប្រទេសកម្ពុជា

វិស័យព្រៃឈើរបស់ប្រទេសកម្ពុជា ផ្តល់នូវការពន្យល់បង្ហាញ ដំរីសរសើរជាពិសេសពីរបៀប ដែលអ្នកដឹកនាំរបស់ប្រទេសបានលូត យកច្រព្យសម្បត្តិធានាធារណៈ។

ក្នុងសង្គ្រាមស៊ីវិលរបស់ប្រទេសកម្ពុជាជាច្រើនឆ្នាំមុន ដែលបាន បញ្ចប់ក្នុងឆ្នាំ ១៩៩៨ ទាំងរដ្ឋាភិបាលខ្មែរក្រហម និងភ្នំពេញ បានប្រើ- ប្រាស់ការកាប់ឈើដើម្បីផ្តល់ប្រាក់ដល់យុទ្ធនាការយោធានិងក្រោយមក បានប្រើប្រាស់យុទ្ធនាការយោធាជាលេស សម្រាប់ការកាប់ឈើបន្ថែម ទៀត។

ក្នុងកំឡុងពេលនោះមក អ្នកដឹកនាំរបស់ប្រទេសកម្ពុជាបានរក ឃើញថា មានការពិបាកក្នុងការទាញចេញធនធានព្រៃឈើ របស់ប្រទេស ដែលជាប្រាក់ស្នាក់នៅសម្រាប់យុទ្ធនាការយោធា ការបង្កើនធនធានផ្ទាល់ខ្លួន និងលើកម៉ឺនិតអតិថិជនដ៏ធំៗ។

ក្នុងកំឡុងពេលនោះមក អ្នកដឹកនាំរបស់ប្រទេសកម្ពុជា បានប្រើប្រាស់ប្រទេសកម្ពុជាជាមូលដ្ឋានសម្រាប់ការកាប់ឈើបន្ថែម ទៀត។

កំណែទម្រង់

ជាដំបូង Global Witness បានចាប់ផ្តើមត្រួតពិនិត្យការកាប់ឈើ ខុសច្បាប់ក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ហើយនិងទំនាក់ទំនងរបស់ខ្លួនជាមួយ ជម្លោះអំពើពុករលួយនិងការរំលោភបំពានលើសិទ្ធិមនុស្សក្នុងឆ្នាំ១៩៩៩។

សម្ភាសន៍អន្តរជាតិលើរដ្ឋាភិបាល ដើម្បីទប់ទល់ការបំផ្លិចបំផ្លាញព្រៃឈើ បានរៀបចំឡើង ហើយនៅចុងឆ្នាំ ១៩៩៨ ហ៊ុន សែន បានប្រកាសថា គាត់នឹងដោះស្រាយបទល្មើសព្រៃឈើនិងកំណែទម្រង់ស្ថាប័ន។

ជាក់លាក់ជាងគេនៃការកាប់ឈើ កើតឡើងស្របតាមការផ្ទុះសមត្ថភាព តូចបន្តិចបន្តួចរបស់គាត់ ដើម្បីប្រកួតប្រជែងចំពោះប្រាក់ចំណូលពីការកាប់ ឈើ។

រដ្ឋាភិបាលបង្ក្រាបសកម្មភាពរបស់អ្នកកាប់ឈើខុសច្បាប់ដែល មានទំនាក់ទំនងយ៉ាងជិតស្និទ្ធនឹងអ្នកកាប់ឈើខុសច្បាប់។

សម្រាប់ផ្នែកយុវជនរបស់ពួកគេ សម្បទានិកដែលមិនបានអនុវត្ត តាមលក្ខខណ្ឌដំណើរការស្តារឡើងវិញ ដែលត្រូវឱ្យពួកគេបង្កើត ផែនការគ្រប់គ្រងព្រៃឈើប្រកបដោយធនភាព (SFMPs) និង ការវាយតម្លៃផលប៉ះពាល់បរិស្ថាន និងសង្គម (ESIAs)។

ក្នុងឆ្នាំ ២០០៣ ម្ចាស់ដីខ្ពស់អន្តរជាតិ និងរដ្ឋាភិបាលកម្ពុជា បានបង្កើតក្រុមការងារអ្នកកែច្នៃយោធារបស់អន្តរជាតិមួយ ដើម្បី អនុវត្តការវាយតម្លៃវិស័យព្រៃឈើដោយឯករាជ្យ (IFSC) និងរៀបចំ "ផែនទីផ្លូវ" សម្រាប់កំណែទម្រង់វិស័យព្រៃឈើ។

ទោះបីជាស្របពេលវេលាដូចគ្នា ក៏ដោយ ក៏ការកាប់ឈើខុសច្បាប់នៅក្នុង ប្រទេសកម្ពុជា បានបន្តមានប្រាក់ចំណូលដ៏សំខាន់ៗ។

អន្តរជាតិ ដោយហេតុនេះ ការកាប់ឈើខុសច្បាប់បានបន្តក្នុងទម្រង់ ផ្សេងៗជាច្រើន៖

នៅក្នុងលទ្ធផលពីការវិវាទការកាប់ឈើបំបាត់ និងការបង្អាក់ ប្រតិបត្តិការសម្បទានការកាប់ឈើ ការចេញនូវលិខិតអនុញ្ញាត និង អាជ្ញាប័ណ្ណ ដែលលិខិតអនុញ្ញាត និងអាជ្ញាប័ណ្ណទាំងនេះ មានលក្ខណៈ ខុសច្បាប់ ឬត្រូវបានរៀបចំឡើង ដើម្បីផ្តល់ការបិទបាំងដល់សកម្មភាព ខុសច្បាប់ មានការកើនឡើង និងប្រែក្លាយជា ទាំងនេះ រួមមាន លិខិតអនុញ្ញាតឱ្យប្រមូល "ឈើតាស់ៗ" - ដែលជាការអនុវត្តត្រូវបាន ហាមឃាត់ដោយ ហ៊ុន សែន ក្នុងឆ្នាំ ១៩៩៩ ដោយសារតែការ



រថ្ងៃទី១២ ខែមេសា ឆ្នាំ ២០០៦

ប្រើប្រាស់យ៉ាងទូលំទូលាយរបស់ ខ្លួនជាការបិទបាំងប្រតិបត្តិការ កាប់ឈើខុសច្បាប់។

ការវាយតម្លៃ

ការចេញលិខិតអនុញ្ញាតស្រុកឱកាស បានរួមជាមួយផែនការ សម្របសម្រួលការកាប់ឈើដែលមានបរិមាណត្រឹមត្រូវ។



លិខិតអនុញ្ញាតស្រុកឱកាស

ពេលដែលលិខិតអនុញ្ញាត និងផែនការវាយតម្លៃ ផ្តល់ឱ្យ ការកាប់ឈើខ្ពស់អន្តរជាតិយ៉ាងស្របច្បាប់។

ការកាប់ឈើរបស់អន្តរជាតិ

ពេលដែលលិខិតអនុញ្ញាត និងផែនការវាយតម្លៃ ផ្តល់ឱ្យ ការកាប់ឈើខ្ពស់អន្តរជាតិយ៉ាងស្របច្បាប់។

តេឡេវីសិន

Advertisement for Bright Smiles Dental. Includes text: 'Caring Dental For ALL Ages', 'COMPLETE ផ្តល់គ្រប់សេវាកម្ម Services', 'Convenient LOCATION', 'Next to Bank of America on Chelmsford Street', 'FREE Teeth Whitening', '\$55.00 Limited Time New Patient Special', '724 Chelmsford Street • Lowell, MA • 978-455-4039', 'www.BrightSmiles-Dental.com'.

តមកដំណើរ ១ ឥទ្ធិពលនៅកម្ពុជាបន្ទាប់រដ្ឋកាល...

បាត់បង់ព្រះជន្មរបស់ព្រះអង្គគ្រប់ដណ្តប់ដោយ ពិធីការណ៍តម្កល់ និងបូជាសពដ៏អធិកអធមបំផុត ក្តី ក៏មានប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរបញ្ចេញមតិផ្ទុយគ្នា ស្រឡាញ់ និងស្តាប់ស្នើគ្នាប្រកបដោយភាពអត់ឱន និងថ្លៃថ្នូរគួរឱ្យចង់តាមដាន... ប៉ុន្តែទាំងអស់គ្នា នៅប្រមូលយ៉ាងខ្លាំងចំពោះវាសនាអនាគតនៃនាវា កម្ពុជា ដែលគេមើលឃើញថា កំពុងស្ថិតនៅក្នុង ចរន្តអាក្រក់នៃអំណាចបរទេសគ្មានអំណាចបដិបក្ខ អាចនឹងរំលាយកម្ពុជាជាបញ្ចប់បាន ។

នៅលើទឹកដីភាពទុក្ខព្រួយដែលគេឃើញចុង ក្រោយបង្អស់ ក្រៅពីពលរដ្ឋខ្មែរដ៏ច្រើនមហិមា មកសំដែងការទុក្ខសោកនិងយំស្រែកយំស្រែក គឺ នៅមានសម្តេចម៉ែ មុនីនាថស៊ីហនុ និងបច្ចុប្បន្ន ព្រះមហាក្សត្រ សីហមុនី ដែលមានទឹកមុខទុក្ខ ព្រួយជាងគេ ពីព្រោះត្រូវរែកអំរែកទាំងអស់នៃ ការងារមិនទាន់ចប់របស់សម្តេច សីហនុ និងធ្លាក់ មកស្មាននៃព្រះអង្គទាំងពីរត្រូវរែកច្រៀតមិនរួច ។

មុននៃរាជវាំង : ព្រះបិតា និងព្រះមាតានៃ បច្ចុប្បន្នព្រះមហាក្សត្របានខិតខំរៀបចំបញ្ចុះ បញ្ចូលក្រុមប្រឹក្សារាជបណ្ឌិតយ៉ាងប្រឹងប្រែង ដើម្បីឱ្យព្រះរាជបុត្រនរោត្តម សីហមុនី អាចឡើង ត្រង់រាជបាន ដោយសារក្រុមប្រឹក្សារាជបណ្ឌិតលើក

នេះ ពុំមែននៅក្នុងកណ្តាប់ដៃនៃឥទ្ធិពលព្រះរាជ វង្សដូចពេលមុនទេ ។ ព្រះអង្គទាំងពីរដឹងច្បាស់ថា



រាស្ត្រកម្ពុជាពុំទាន់អាចរស់ដោយគ្មានស្តេចបាន ឡើយទេ ពីព្រោះតែឥទ្ធិពលនៃទំនៀមទំលាប់ រាប់ពាន់ឆ្នាំនៃការគ្រប់គ្រងជាអាណាចក្រ ... តែ ព្រះអង្គក៏ដឹងដែរថា នៅពេលអាណានិគមបារាំង បញ្ជូនកូនរាស្ត្រខ្មែរឱ្យទៅរៀនសូត្រជ្រៅជ្រះទាំង ប្រុសទាំងស្រី គឺនឹងប្តូរការគ្រប់គ្រងប្រទេសពី អំណាចផ្តាច់ការទៅរកការរំលែកអំណាចទៅឱ្យរាស្ត្រ កាន់តែច្រើនទៅហើយ ទោះជាព្រះអង្គទាំងពីរ មិនចង់បានក៏ដោយក្តី ។ ការផ្លាស់ប្តូរនេះនាំឱ្យ ឥទ្ធិពលនៃព្រះបរមរាជវាំងធ្វើបានល្អប្រសើរនា ចន្លោះឆ្នាំ១៩៤០ ដល់១៩៧០ ដោយសារឥទ្ធិពល

នៃចរន្តនយោបាយប្តូរខាងលិចដែលនិយមអំណាច របស់រាស្ត្រ... តែឆ្នាំ១៩៧០ ព្រះអង្គនៅតែយក ឥទ្ធិពលនៃព្រះបរមរាជវាំងទៅប្រើប្រាស់ក្នុង រង្វង់អំណាចនៃប្តូរកុម្មុយនិស្តដែលបានទុកឱ្យ ព្រះអង្គមានសេរីភាពបំរើរាស្ត្រព្រះអង្គយ៉ាង ឯករាជ្យដូចពេលមុនទេ ម្ល៉ោះហើយព្រះបិតា ឯករាជ្យជាតិខ្មែរបានហោះហើរពីដៃខ្មែរក្រហម មួយទៅជួយយកអាសារខ្មែរក្រហមទៀត ពីព្រះ- រាជដំណាក់នៃប្រទេសចិន និងកូរ៉េ ដែលព្រះ អង្គឱ្យនាមថា "ព្រះបរមរាជវាំងថ្មី" របស់ព្រះ អង្គនោះ ពីព្រោះព្រះអង្គនៅតែជឿថា រាស្ត្រខ្មែរ នឹងបានសុខនៅក្នុងរង្វង់គ្រប់គ្រងផ្តាច់ការនិយម កុម្មុយនិស្តដែលតាំងតែពីព្រះអង្គបានជួបលោក នាយករដ្ឋមន្ត្រីចិនកុម្មុយនិស្ត ជូអេនឡាយ ជា លើកទី១ ឆ្នាំ១៩៦០ នៅបាងខ្សែនោះមក ។ ព្រះបិតាឯករាជ្យជាតិនៅប្រថាប់លើរាជបណ្ឌិត ឆ្នាំ១៩៤១ ជារៀងរហូតមិនដែលឃ្លាតឆ្ងាយពី "សំបូល"នៃព្រះរាជវាំងទេ ទោះជាព្រះអង្គលាចាក នយោបាយក៏ដោយ ពីព្រោះ "សំបូល" នេះរាស្ត្រ ខ្មែរគោរពខ្លាំងណាស់ ទោះជាបានរៀនចេះដឹងខ្ពស់ យ៉ាងណាក៏ដោយ ។ តើព្រះមហាក្សត្រ សីហមុនី និងព្រះមាតា មុនីនាថ និងបន្តទទួលមរតកអតីត ព្រះមហាក្សត្រ សីហនុ របៀបណា?

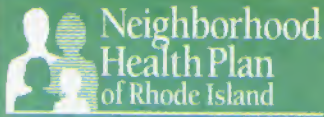
មុននៃនយោបាយខ្មែរ : តាំងពីសតវត្សទី១៥

មកតែពីដៃពលរដ្ឋ ស្តេចសម្លាប់ ឬដាក់ទោសរាស្ត្រ របៀបណានោះទេ ដោយសារពុំមានអ្នកកត់ត្រា ប្រវត្តិសាស្ត្រត្រឹមត្រូវទៀតទេ គេឮតែស្តេច ឈ្មោះគ្នាដំណើរមាជបណ្ឌិតបារាំងសម្លាប់អ្នកតស៊ូ ឬយូនយកក្បាលខ្មែរដាំ "តាយអុង" ... ។ល។ ឯកសារ និយាយពីអ្នកតស៊ូ ឬអ្នកនយោបាយពុំមានពីមុន មកទេ... តែតាំងពីដើមសតវត្សទី២០ការចងចាំ របស់ពលរដ្ឋមានច្រើនជាងមុន ។ គេនៅចាំពីបារាំង ឱ្យព្រះបរមរាជវាំងផ្តើមជ្រើសរើសមនុស្សពូកែ - មនុស្សក្លាហាន - មនុស្សល្អស្អាត-កំពូលមនុស្ស មកឱ្យបំរើកិច្ចការរាជការជុំវិញស្តេចផែនដី ក្រៅពី បងប្អូនមិត្តភក្តិខ្លួនឯង និងមន្ត្រីជំនាញ... គេ នៅចាំពីការឱ្យបង្កើតច្បាប់សម្រាប់គ្រប់គ្រងរវាង និងប្រទេសជាតិ... គេនៅចាំពីការកែទម្រង់អំណាច ស្តេចពី "ព្រះករុណាជីវិតតម្កល់លើតុប្រមាណជាព្រះ មហាក្សត្រអាស្រ័យរដ្ឋធម្មនុញ្ញ" ។ល។ ទាំងនោះ បានធ្វើឱ្យមានមនុស្សហ៊ានចេញមុខមកធ្វើជា អ្នកនយោបាយចូលរួមការគ្រប់គ្រងប្រទេសកាន់ តែច្រើន ទោះជាត្រូវប្រឆាំង និងមតិអ្នកកាន់ អំណាចក្តី ។ ពាក្យថា "ស្តេចជា" អ្នកសម្រេច" រាជ រដ្ឋាភិបាលជា" អ្នកគ្រប់គ្រង" គឺជាវិធីដែលប្រទេស រាជានិយមជាច្រើនអនុវត្តន៍ប្រកបដោយជោគជ័យ ច្រើនសតវត្សមកហើយ គិតតាំងពីជំនាន់ប្រទេស "ក្រិក" ឬ "រ៉ូម៉ាំង" ឬ "អេជីព" តទៅដល់ថ្ងៃនេះ ។

Mekong River VIETNAMESE RESTAURANT 1120-1124S Front St., Philadelphia, PA 19147 (Near Washington Ave. - មានកន្លែងចតឡានត្រឹមត្រូវ) 215-467-6100

GRAND OPENING 25-5-2012 មានម្ហូបប្រេតណាមគ្រប់មុខ ញើ មី តុយតា រំបញ្ចុក ធុញ្ចាហយ ឈយ ម្ហូបបូល ម្ហូបតា ម្ហូប សម្រាប់ឆ្អល់ជាលក្ខណៈគ្រួសារ ឆ្អល់ពីពិធីបំប្លែងជាលក្ខណៈគ្រួសារ ឬជួបជុំមិត្តភក្តិ

មានភោជនីយដ្ឋានទើបបើកនៅក្នុងសហគន្ថយ



តើលោកអ្នកត្រូវការធានារ៉ាប់រងថ្នែកសុខភាពឬ?

សូមទូរស័ព្ទទាក់ទងក្រសួងណាហ្គើវីហ្វឺដថ្ងៃនេះ

Need Health Insurance?

Call Neighborhood Today

1-401-459-6171

www.nhpri.org



រូបមន្តស្តាររាងរាង ក្រោយពេលសម្រាលកូនរួច

០ ស្ត្រីទើបនឹងឆ្លងកាត់ពេលវេលាដ៏វិញ្ញាណក្ខន្ធនៃការមានកូនរួចទៅ នឹងទទួលបានការផ្លាស់ប្តូររាងកាយច្រើនជាងមុន។ ក្រោយពេល ទទួលបានកូន អ្នកនឹងអស់កម្លាំងក្នុងរាងកាយ ព្រោះរូបមន្តខាង ក្រោមនេះនឹងជួយឱ្យអ្នកមានរាងកាយស្រស់ស្អាតដូចដើមវិញ ឬយ៉ាង ហោចណាស់ក៏បានល្អប្រសើរជាងមុនដែរ ។

១. ទទួលបានទឹកក្នុងមួយថ្ងៃ ១០-១២ កែវ កាត់បន្ថយ គេសង្ឃឹះមានជាតិស្ករស្នា ឬស្ករម្សៅដែលបង្កឱ្យមានការកើនឡើងនៃ ទឹកស្អាតឈាមទឹកក្រចកឆ្លាបបន្តិចបន្តួចជំនួសវិញ ។

២. ជ្រើសរើសសំបុត្រដើម្បីស្តាររាងកាយជាប់ជំនួស ក្រោយ វិញ ឬស្នាប្រេងបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉ន ជាតិម្សៅ និងខ្លាញ់ ។

៣. បើគ្រោងសាច់មិនជាប់ខ្លាញ់ជ្រើសរើសសាច់មានមីនជាប់ គ្នា សាច់ត្រា និងសាច់ជ្រូកត្រូវជ្រើសរើសយកប្រភេទសាច់ខ្លាញ់ ខ្លាញ់ផងដែរ ។

៤. ទទួលបានអាហារធម្មជាតិដូចជា : ទំប៉ុងជាស្លា និង ស៊ីរ៉េប្រេងបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉ន ។

៥. ហាមលេងបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉ន NOT FAT ព្រោះការពិតអាចពេញទៅដោយ កាស៊ីនីយ៉ូប្រេងបំប៉ន ឬទឹក ស្ករ ។ មធ្យោបាយដែល គួរអានស្នាមក្របីពីសារធាតុអាហារឱ្យ ច្បាស់ទើបល្អជាង ។

៦. ឱ្យយាយជ្រើសឱ្យផុតពីប្រភេទអាហារឬ ឬប្រភេទ អាហារណាមួយដែលប្រឈមនឹងប្រភេទអាហារ ឬក្នុងម៉ុងប្រភេទ ក្នុងម៉ុងប្រភេទ ។

៧. ក្រោយពេលមានអារម្មណ៍ថា មានស្បែកស្រស់ស្អាតគ្រប់ គ្រាន់ហើយចាប់ផ្តើមបាត់ប្រាណស្រស់ដោយផ្តើមពីការដើរលេង ជាមួយកូនក្នុងមួយថ្ងៃ១០នាទី ដោយប្រើខ្នងក្រណាត់ស្រស់ស្អាត បង្កើនចំណេះដឹងដល់១០នាទី ។

៨. វិវត្តន៍រាងកាយដើម្បីបាត់ប្រាណកាន់តែច្រើន ដូចជាការកើនឡើងនៃមន្ទិក្ខាន់តែឆ្ងាយទៅ ឬអាចប្រើវិធីដើរ ឡើងដំណើរជំនួសការប្រើជំនួសរូបមន្ត ។

៩. បំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉ន ដោយដោយខ្លួនឯងក្រៅពីជួយឱ្យកូនបានដឹងអំពីរាងកាយ និង ការវិវត្តន៍ខាងផ្នែកស្រាវជ្រាវតាមរយៈទឹកដោះម្តាយហើយ នោះ នៅមានផលល្អសម្រាប់ម្តាយផងដែរ ព្រោះវាជួយបំប៉នបំប៉ន រហូតដល់៥០០កាល់សូរ្យ រីឯណោះ ។ មានន័យថា ប្រសិនបើអ្នក បំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉ន បំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉នបំប៉ន ។

១០. ចូលរួមបាត់ប្រាណ ប្រសិនបើអ្នកគិតថា មិនចិញ្ចឹម កូនដោយខ្លួនឯងសាកល្បងស្វែងរកអ្នកមើលថែទាំកូនជំនួស២.៣ ម៉ោង ហើយអ្នកចូលរួមបាត់ប្រាណដើម្បីសុខភាព ។

១១. មួយវិញទៀតអ្នកកុំភ្លេចថា ខ្លួនឯងបានស្រឡាត់មុន ទេអស់ន័យមកហើយ ដូច្នេះការសម្រាកវាឱ្យវិលទៅរកស្ថានភាព ដើមនោះមិនមែនជារឿងធ្វើបានឡើយ ។



ហាងមាសរស្មី
SUNSHINE JEWELRY, INC.
215-271-2950



Certified Diamonds & Golds (24K & 18K)
Men & Women Jewels & Watches
Custom Design & Repairs on Premise
15 Years in Services & Growing Strong



702 Washington Ave. Phila., PA 19147
www.sunshinejewelryonline.com

Phở Hà
Saigon

7 days A Week
9am-9pm

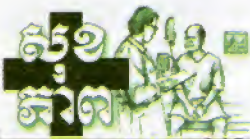
Vietnamese Restaurant



ជាលោកដែលធ្វើ ហើយ ឆ្លាតវៃជាងគេនៅហ្វីឡា- ដែលហ្វឺតុងហ្វឺតុងដែលពួកគេធ្វើ ហើយ និងម្ហូបផ្សេងៗ ឯទៀត ត្រូវមាត់ហ្វឺតុងគ្រប់រូប ឥឡូវនេះមកធ្វើ ម្ហូបនៅលោក **Phở Hà Saigon** យើងខ្ញុំ ហើយធានាថា ម្ហូបអាហារលោក និងបំរើលោកអ្នកបានយ៉ាងពេញចិត្តគ្រប់ពេលវេលា



320 W. Oregon Avenue, Suite 1. Philadelphia, PA 19147
Tel: (215) 389-1002 (Inside Oregon Market)



សម្បជញ្ញស្រស់ស្អាត ក្នុងពេលដ៏ខ្លី



ដែលកោសបានមកលាបលើសក់ក្បាល
ឱ្យសព្វ ។

-មើលថែស្បែកគល់ក្រចក :
ប្រសិនបើនៅក្នុងផ្ទះអ្នកមានក្រចក
ឆ្មារ ឬក្រចកនោះអ្នកអាចនាំយកវា
មកព្យាបាលស្បែកគល់ក្រចក
ដែលកំពុងមានសភាពក្រៀម
រឹងបានដោយពុះផ្លែក្រូចឆ្មារ
ឬផ្លែក្រូចមួយចំណិតយកមក
ជូតត្រដុសលើសាច់ក្រចក ឬអាចដុស

○ប្រសិនបើអ្នកចង់បានសម្បជញ្ញស្រស់ស្អាត
តែមិនសូវមានពេលវេលានោះខាងក្រោមនេះជា
ចម្លើយងាយៗដែលអ្នកកំពុងរង់ចាំជា ពិសេសអ្នក
អាចរកវាបានដោយងាយមាននៅក្នុងផ្ទះបាយនោះ
ឯង ។

-ផ្លាស់ប្តូរ : ប្រសិនបើនៅក្នុងទូទឹកកក
របស់អ្នកមានផ្លែអាវុកាដូដែលកំពុងតែទុំដោយ
ល្អនោះអ្នកអាចនាំវាមកផ្លាស់ប្តូរឱ្យឡើងរលើប
រលោងបានដោយប្រើ ស្លាបព្រាកោសរួចយកសាច់

ពេញ១ដុំតែម្តងក៏បានដែរ ។

-ស្រស់ស្អាតគ្មានក្អិន : នៅពេលណាមួយរួច
អន់របស់អ្នកអស់ដោយចៃដន្យអ្នកអាចដើរចូល
ទៅក្នុងផ្ទះបានរួចយកម្សៅបើកកិនស្លដា (ម្សៅមេដ)
មកប្រើជំនួសបាន ។ ម្សៅបើកកិនស្លដានេះក្រៅពី
ជួយរម្ងាប់ក្អិនបានដោយប្រសិទ្ធភាពហើយនោះ
នៅជួយស្រូបយកក្អិននៅក្នុងក្បូកធ្វើឱ្យស្អាតទៀត
ផង ។

Pho BOSTON Authentic Vietnamese Cuisine Vietnamese & Chinese Restaurant

គោរពនិយមន័យ

ហ្វី បូស្តុង

ម្ហូបរៀនណាមពិតប្រាកដ
គោរពនិយមន័យរៀនណាម និង ចិន

បើកទូរពេលថ្ងៃ
ពីម៉ោង១០ព្រឹក
ដល់១០យប់



144 Shield St. West Hartford CT
Phone.(860) 953-8678
Website.www.phoboston.com

Red Rose RESTAURANT

គោរពនិយមន័យ គុណបក្សប្រមាណ

Mon-Sun 8am - 7:30pm

សម្បជញ្ញ ប្រហែល \$11.99

* ម្ហូបបង្កើតជាមុន តែតម្លៃនៅថ្នាក់ ដូចមុនដដែល
* សេវាកម្មបរិស្ថានទីតាំង និងសុវត្ថិភាព

(978) 452-5400

Pailin Plaza
716 Middlesex St. Ste 1
Lowell, MA 01851

ហាងមាស គីម ឈុក

នៅចុងហាងហ្វីត

KIM NGOC JEWELRY 金 占 南

មានលក់ដុំ ឬរាយ ឬផ្លូវ ឬធ្វើបីប្រភេទរាប់
អំណោយមាសធ្វើប្លែកឆ្មារពេលបង់ប្រាក់
- ទទួលបានវាទំហំប្រាក់ មានចុះថ្លៃរហូតដល់ ៦៥%
សម្រាប់ ពេជ្រមកពីបងក្មេង មានជាងអស់គ្នា
នៅក្នុងហាងជួសជុលបានភ្លាមៗ
ពេលចេញមក : ថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃអាទិត្យ
ពីម៉ោង ១០ព្រឹកដល់៧ព្រាង

Open: Mon-Sun:
10am-7pm

150 Shield Street Plaza, West Hartford, CT 06110
Tell: (860) 953-5803, Fax:(860)953-5802

តបកងព័ត៌មាន ៥ កិច្ចសម្ភាសន៍ពិស្តាររវាង "ខ្មែរជូស" ជាមួយ...

ប្រទេសកម្ពុជា គឺជាកាតព្វកិច្ចនៃយើងទាំងអស់គ្នា ដែលស្នេហាស្នេហា ប្រជាជនប្រកបដោយ ហើយរដ្ឋាភិបាល នៃសហរដ្ឋអាមេរិក ក៏មានកតព្វកិច្ចក្នុងតួនាទីខ្លួនជា សមាជិកនៃកិច្ចព្រមព្រៀងទីក្រុងប៉ារីស ក៏ដូចជាតួ នាទីជាអ្នកផ្តល់ជំនួយដល់ខាងដល់ប្រទេសកម្ពុជា យើង ។ ហើយសហរដ្ឋអាមេរិកជាប្រទេសមួយ ដែលជួយយ៉ាងខ្លាំងក្លាលើប្រព័ន្ធសិទ្ធិមនុស្ស និង លទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យ ដូច្នេះយើងបានជួបជាមួយមន្ត្រី របស់សហរដ្ឋអាមេរិក ដោយបានជម្រាបថា៖ ការ បោះឆ្នោតដោយសេរី និងយុត្តិធម៌ គឺជាបង្កើន ពីឱ្យមានគណកម្មការជាតិរៀបចំការបោះឆ្នោតដែល ឯកភាព ។ លើសពីនេះទៀតគឺការចូលរួមពី ប្រធានគណបក្សប្រឆាំងដ៏ធំនៅប្រទេសកម្ពុជា គឺជា ការចាំបាច់ ។ យើងក៏បានដាក់សំណួរទៅកាន់សហរដ្ឋ អាមេរិក ក៏ដូចជារដ្ឋាភិបាលនៃសហគមន៍អឺរ៉ុប និង ម្ចាស់ជំនួយដ៏ទៃទៀត ថាតើការបោះឆ្នោត នាឆ្នាំ ២០១៣ ខាងមុខនេះជារដ្ឋាភិបាលដែលកើតចេញ ពីការលូតលាស់នៃសន្តិភាព ឬមួយក៏កើតចេញពីការ បន្តសង្គ្រាមក្រុងកម្ពុជា ដូច្នេះគួរតែរដ្ឋាភិ- បាលសហរដ្ឋអាមេរិកពិចារណាឱ្យបានមែនមែន ជាពិសេសទស្សនៈកិច្ចរបស់លោក អូប៉ាម៉ា ទៅកាន់ ប្រទេសកម្ពុជា សូមឱ្យមានការដាក់លក្ខខណ្ឌប្រជា ធិបតេយ្យសិទ្ធិមនុស្ស ហើយការបោះឆ្នោតដោយ

សេរី និងយុត្តិធម៌ ។ ដូច្នេះការអភិវឌ្ឍន៍ វិស័យស្រុក វិញ របស់លោកប្រធាន សម រង្ស៊ី ពិតជាមានដោយ សារតែខ្ញុំមានជំនឿថា អនាគតរដ្ឋាភិបាលនៃប្រទេស កម្ពុជាយើង ជាពិសេស លោក ហ៊ុន សែន ក៏គិតដៃ ថាតើគាត់អាចកាន់រដ្ឋាភិបាលមួយដែល ចេញពីការ លូតលាស់នៃសន្តិភាពបាន ឬទេ? អ៊ីចឹងការអភិ វឌ្ឍន៍នៃប្រទេសកម្ពុជាយើងត្រូវតែជាការអភិវឌ្ឍន៍ មួយនៅលើអ្នកដឹកនាំដែល ប្រកាន់នូវលទ្ធិប្រជាធិប តេយ្យ ។ ដូច្នេះការចូលរួមរបស់លោកប្រធាន សម រង្ស៊ី ជាការចាំបាច់ណាស់ ។

អ៊ឹម លឿម : ក្នុងនាមលោកជំទាវជាអ្នក នយោបាយដែលបានយល់ដឹងយ៉ាងទូលំទូលាយអំពី ទិដ្ឋភាពទូទៅនៃស្ថានភាពកម្ពុជា ជាពិសេស លោកជំទាវតែងតែអះអាងខ្លួនថា ជាអ្នកប្រជាធិប តេយ្យ ដូច្នេះតើលោកជំទាវអាចពិពណ៌នាអំពីស្ថាន ភាពនយោបាយកម្ពុជា ក៏ដូចជាដំណើរការប្រជា ធិបតេយ្យនៅប្រទេសកម្ពុជានាពេលបច្ចុប្បន្នថា មានការបោះជំហានទៅមុខ ឬមានការថយក្រោយ យ៉ាងណាដែរ ឬទេ? ។

មូរ សុខហ្វ : ទៅមុខខ្ញុំមិនឃើញទេ យើងនៅ តែឃើញមានការ ចាប់ចងប្រជាពលរដ្ឋតាមរយៈ យកប្រព័ន្ធតុលាការដែលជាឧបករណ៍ នយោបាយ នៃគណបក្សកាន់អំណាច ។ ទៅមុខមិនកើតទេ ដោយសារតែប្រជាពលរដ្ឋយើងនៅតែបាត់បង់ដីធ្លី

បស់ខ្លួន ។ ដូច្នេះការអភិវឌ្ឍន៍ មិនអាចទៅមុខទេ បើសិនជាប្រជាពលរដ្ឋលោកកំពុងតែភ័យព្រួយមិន ហ៊ានបញ្ចេញ ព្រោះដោយសារស្ថាប័នកំពូលដូចជា ស្ថាប័នប្រឹក្សា យោធា តុលាការ ស្ថិតនៅក្នុងការដឹកនាំ នៃអ្នកកាន់អំណាច ដូចនេះ យើងត្រូវតែសង្គ្រោះ ការអភិវឌ្ឍន៍បែបនេះ ដោយយើងនឹងរៀបចំស្ថាន ប័ននានា ពិតជាស្ថានប័នរបស់ជាតិយើងត្រូវតែលើក តម្កើង និងអភិវឌ្ឍន៍ធនធានធម្មជាតិ, ធនធាន មនុស្ស និងលើកតម្កើងដោយ យើងបង្កើតឱ្យមាន មធ្យោបាយដល់មន្ត្រីរាជការរបស់យើង ។ យើង ដាក់គម្រោងរួចហើយចំពោះមន្ត្រីរាជការនៅពេល គណបក្សសង្គ្រោះ ជាតិឈ្នះឆ្នោតយើងនឹង ទទួលបានប្រាក់បៀវត្ស២៥០ដុល្លារ ស្មើនឹងមួយ លានរៀល,ការអប់រំដោយភាពស្មើគ្នា,មានឱកាស ស្មើគ្នា,និងទៅពេទ្យដោយមិនយកលុយ,ហើយ ប្រាក់ខែគោល ចំពោះកម្មករ គឺ១ខែ១៥០ដុល្លារ ដូច្នេះយើងដោយសមរម្យនឹងធ្វើការងារដោយ មានតម្លៃ ។

អ៊ឹម លឿម : ជាការពិតណាស់ដែលថា បច្ចុប្បន្នគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា ជាគណបក្ស មួយដែលរក្សាអំណាចរបស់ខ្លួនបានយ៉ាងមាំ បំផុត, ដូច្នេះរាល់អ្វីៗទាំងអស់គឺនៅលើការគ្រប់ គ្រងរបស់គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាទាំងអស់,ឧទា ហរណ៍ ដូចជាប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយក្នុង ស្រុក និង គណៈកម្មការជាតិរៀបចំការបោះឆ្នោត (គ.ជ.ប) ដែលជាស្ថាប័នឯកភាព,អព្យាក្រឹត្យនោះ ប៉ុន្តែផ្ទុយ

ទៅវិញស្ថាប័ន គឺមានទំនោរទៅខាងគណបក្ស កាន់អំណាចរួចជាស្រេចទៅហើយ,ដូច្នេះ ក្នុង នៃនេះទោះបីជាគណបក្សសង្គ្រោះជាតិមានសន្ទុះ នៃការគាំទ្រយ៉ាងខ្លាំងពីសំណាក់ប្រជាពលរដ្ឋគ្រប់ ច្រកល្អក៏យ៉ាងណាក៏ដោយចុះក៏វាសនាគណបក្ស ប្រឆាំងស្ថិតនៅលើគណបក្សប្រជាជនដែល កំពុងក្តាប់អំណាចជាអ្នកគូសវាសឱ្យ,ដូច្នេះតើ លោកជំទាវមានសុខចិត្តនិយាយយ៉ាងណាចំពោះជោគ ជ័យនៃគណបក្សសង្គ្រោះជាតិក្នុងការចូលរួម ប្រកួតប្រជែងបោះឆ្នោតថ្នាក់ជាតិនាខែកក្កដាឆ្នាំ ២០១៣ខាងមុខនេះបាន? ។

មូរ សុខហ្វ : យើងខ្ញុំជឿជាក់ណាស់ថា មន្ត្រីរាជការដែលចំនួន២ម៉ឺនហ្នឹង,គឺចំនួនដ៏ធំណាស់ ដែលអស់លោកទាំងហ្នឹងចង់បំរើប្រទេសជាតិ, លោកពុំមែនជាសមាជិកគណបក្សប្រជាជនទេ, ប៉ុន្តែ គេបង្ខំឱ្យលោកចុះហត្ថលេខាឱ្យធ្វើជាសមា ជិកនៃគណបក្សប្រជាជនកម្ពុជា។ មន្ត្រីរាជការ របស់យើងលោកចង់បំរើប្រទេសជាតិ, ដូចជា លោកគ្រូអ្នកគ្រូលោកចង់ឱ្យកូនចៅយើងមាន ការអប់រំដោយមានគុណភាព ដើម្បីមានអនាគត សំរាប់កូនចៅរបស់យើង ។ នៅពេលណាដែល មន្ត្រីរាជការរបស់យើងអាចទទួលបានប្រាក់បៀវត្ស រស់ដោយសមរម្យ ហើយមានការធានានូវសេវា ទូទៅនោះ,ខ្ញុំជឿជាក់ថា តម្លៃទាំងប៉ុន្មាននេះធ្វើ ឱ្យមន្ត្រីរាជការរបស់យើងលោកពិចារណា ហើយ

តទៅទំព័រទី ១៣

Advertisement for SIM's Home Improvement. It features a red pickup truck in front of a house. Text includes: SIM's Major Sim Enterprises, Inc., Home Improvement, ជាការសំរាប់ការស៊ីម, License#CS 88569 Registration#153685, 978-452-7467 / 978-421-3672 / 978-420-8551, FREE ESTIMATES, 60 Middlesex St. (Rte.110) Lowell, MA 01852, FULLY INSURED, ជួសជុល កែលំអរ សង់បន្ថែម, Kitchen, Livingroom, Bathroom, Bedroom, Roofing, Siding, Window, Door, Basement, Additions, Residential • Commercial • Industrial, ទទួលប្រាក់គ្រប់ប្រភេទ, Bank Loan, Insurance, Compensation, Credit Debit Card, Check & Cash, More information call: 1.978.452.7467, www.simshomeimprovement.com, Boreth@simshomeimprovement.com

Advertisement for China Star. It features a large building with a sign that says 'China Star'. Text includes: 華 China Star 星, គោរពនិយមន័យ តាមបណ្តាស្តារ, មានម្ហូបចិន, ម្ហូបប្រើប្រាស់, ម្ហូបចិនកំពុង, ម្ហូបប្រើប្រាស់, Chinese - Polynesian - Cantonese - Mandarin, 369 Broadway St., Lowell, MA 01854, Tel: 978-454-7578, 978-454-7507, Open Daily: Sun. to Thurs. 11:00 AM to 1:00 AM, Fri. and Sat. 11:00 AM to 3:00 AM, យើងអាចចែកម្ហូបទៅដល់ផ្ទះបាន, We Deliver All Day: 11:30 AM to 1:00 AM Available to most areas. Min. \$10.00 Delivery Charge \$2, \$19.95, SPECIAL 2 Lobsters w/ Scallion & Ginger

គម្រោងទំនើប ១២

កិច្ចសម្ភាសន៍ពិស្តាររវាងខ្មែរ...

លោកនិងចូលរួមជាគណបក្សសង្គ្រោះជាតិ។ សំខាន់ទៀត នោះយើងចង់សួរថា ប្រទេស ភូមាដែលជាប្រទេសកាន់អំណាចផ្តាច់ការជាង៤ ៥ឆ្នាំ, ឥឡូវតែងតែមកហើយ,យើងឃើញថា ប្រទេសណា ដែលជាប្រទេសផ្តាច់ការ,ប្រទេស កុម្មុយនិស្តមិនអាចរស់នៅបន្តទៅទៀតទេ, ពីព្រោះ ការអភិវឌ្ឍន៍ នៅសកលលោកសព្វថ្ងៃនេះ គឺយក លទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យជាធំ...។ អ៊ីចឹងយើងកុំទាន់អស់ សង្ឃឹម យើង នៅមានសង្ឃឹមជានិច្ច។ អ្វីដែល យើងត្រូវធ្វើក្នុងរយៈពេល៩ខែខាងមុខនេះ គឺយើង យកព័ត៌មានយកទៅបង្ហាញប្រជាពលរដ្ឋយើងកុំ ឱ្យមានការភិតភ័យ,យើងបង្កើនឱ្យមានសំឡេង ប្រជាពលរដ្ឋរបស់យើង,បង្កើនឱ្យមានការជួបជុំ, បង្កើនឱ្យមានវេទិកាសាធារណៈ ដើម្បីបង្ហាញដល់ ប្រជាពលរដ្ឋរបស់យើងថា យើងមិនខ្លាចទេ , ពេលណាយើងខ្លាចខ្លាច,ខ្លាចនឹងលងយើង ហើយ,យើងត្រូវ តែយកលទ្ធិប្រជាធិបតេយ្យ ជាមាតិកា, ធ្វើជាការ បង្ហាញ,ធ្វើជាភ្នាក់ងារមើលយើង អាចផ្លាស់ប្តូរ, ហើយការផ្លាស់ប្តូរ គឺយើងផ្តល់ អំណាចឱ្យប្រជាពលរដ្ឋលោកយល់នៃតម្លៃស- ន្តិកឆ្នោតរបស់លោក ។

យើងគិតអំពីរឿងដីធ្លីប្រជាពលរដ្ឋរបស់យើង, យើងសើរអើយដែលប៉ះពាល់ប្រយោជន៍ជាតិយើង។ អ្វីដែលប៉ះពាល់ទៅដល់ផលប្រយោជន៍នៃប្រជា កសិករខ្មែរ, ពីព្រោះ៨៥ភាគរយនៃប្រជាពលរដ្ឋ របស់យើងជាប្រជាកសិករ។ យើងដឹងហើយថា

ដីធ្លីដែលសម្តេចនាយករដ្ឋមន្ត្រី ហ៊ុន សែន ចុះ ហត្ថលេខាឱ្យទៅក្រុមហ៊ុនឯកជននោះ មានរហូត ដល់ទៅជាង២លានហិកតា,ហើយព្រៃឈើជាង១ លានហិកតា ដែលចុះហត្ថលេខាឱ្យក្រុមហ៊ុន ទាំងអស់នោះ ត្រូវតែសើរឡើងវិញ ។ អ្វីដែល ជាបញ្ហាប្រឈមទឹកដី គឺយើងត្រូវតែសើរឡើង ។ នេះយើងនឹងអាចបោះចោលបានទេ ព្រោះយើង ត្រូវចាប់ផ្តើមដោយភ្លាមៗ។ សំខាន់ជាមួយគ្នា នេះ យើងសន្យានឹងតំឡើងប្រាក់បៀវត្សរបស់ មន្ត្រីរាជការ,ឡើងប្រាក់ខែដល់កម្មកររបស់យើង, សាងចុះថ្លៃ សេវាអប់រំ,សេវាសុខភាពឥតគិតថ្លៃ នេះយើងធ្វើជាបន្ត រឹបស្ថាប័នសភា ដែលជាស្ថា ប័នកំពូលយើងនឹងគោរពថា ជាស្ថាប័នដែលមាន អំណាចគ្រប់គ្រាន់,លោកគ្រូ អ្នកគ្រូ របស់យើង នឹងត្រូវចូលធ្វើការងារដោយមានតម្លៃ យើងរៀប ចំស្ថាប័នអប់រំ,យើងរៀបចំសុខាភិបាល,សំខាន់ មួយទៀតយើងរៀបចំប្រព័ន្ធយុត្តិធម៌,ប្រព័ន្ធយុត្តិ ធម៌នេះ សំរាប់ប្រជាពលរដ្ឋយើងមានសភាពច្នៃ ចូរណាស់, អ្វីដែលអយុត្តិធម៌យើងសើរឡើង វិញ ដើម្បីឱ្យប្រជាពលរដ្ឋយើងមានលំនឹង,មានក្តី សង្ឃឹមលើអំណាចនៃរដ្ឋ,ហើយអំណាចនៃរដ្ឋនឹង គឺយើងមកដើម្បីផ្តល់សន្តិសុខជូនប្រជាពលរដ្ឋពិត ប្រាកដមិនមែនជាន់ប្រជាពលរដ្ឋដូចសព្វថ្ងៃនេះទេ ។ អន្តោប្រវេសន៍យើងត្រូវតែដោះស្រាយដោយ បន្ទាន់ត្រូវយកច្បាប់អន្តោប្រវេសន៍ដែលមាន តាំងពីឆ្នាំ១៩៩៤នោះមកអនុវត្តន៍យើងមាន ឆន្ទៈពិតប្រាកដ,យើងមិនមែនទៅចាប់ចង,យើង

មិនទៅយកទោសប្រើអំពើហិង្សាទៅលើជន អន្តោប្រវេសន៍ខុសច្បាប់ទេ,យើងត្រូវការច្បាប់...។

អ៊ឹម ឈឿម : នាពេលថ្មីៗកន្លងទៅនេះ លោក កឹម សុខា ប្រធានគណបក្សសង្គ្រោះជាតិ និងជាអនុប្រធានគណបក្សសង្គ្រោះជាតិបានអះ អាង និងសន្យាថា នឹងយកមកវិញនូវកោះត្រល់ ដែលជាកោះកម្មសិទ្ធិរបស់ខ្មែរ ហើយបច្ចុប្បន្នត្រូវ គ្រប់គ្រងដោយយួន,តើលោកជំទាវអ្វីបន្ថែមនូវ ប្រសាសន៍របស់កឹម សុខា ដែរទេបាទ ?

ម្ចា សុខហុ : ជាការពិតណាស់កោះត្រល់ក្តី, កម្ពុជាក្រោមក្តី,អ្វីដែលជាទ្រព្យសម្បត្តិដូនតា របស់ទទួលថែរក្សាការពារ ហើយនិងទាមទារ យកមកវិញ តាមច្បាប់អន្តរជាតិ។ យើងមិនអាច និយាយថា រឿងខ្មែរក្រោម,រឿងកោះត្រល់ជា រឿងហួសសម័យ,អ្នកនោះយើងមិនអាចចាត់ទុក ថា ជាអ្នកនយោបាយដែលមានឆន្ទៈនៅក្នុងការ ការពារបូរណភាពទឹកដីយើងទេ,ដំបូរបស់យើង ច្បាស់ណាស់ អំពីបូរណភាពទឹកដី,យើងនឹងសើរ ឡើងអ្វីដែលកិច្ចព្រមព្រៀងខុសច្បាប់,ហើយយើង ជាអ្នកកាន់រដ្ឋាភិបាលថ្មីនេះ គឺមានឆន្ទៈពិតប្រា កដ,ហើយយើងតស៊ូជិត២០ឆ្នាំនេះ គឺដើម្បីថែរក្សា ព្រលឹងជាតិខ្មែរយើង,មរតកនៃក្តីដូនតារបស់ យើង,ហើយសំខាន់បំផុតគឺជាតិខ្មែរពិតជាមិនអាច សាបសូន្យទេ ។ បើសិនជាយើងអត់មានជំហរ របៀបនេះទេ,យើងទុករឿងកោះត្រល់,យើងទុក ដីធ្លីប្រជាពលរដ្ឋជាដើមនិងសំខាន់ និងយើងទុក ប្រទេសកម្ពុជាឱ្យប្រទេសជិតខាងហើយ។ យើង មិនមែនឈ្លោះសំរាប់ឱ្យប្រទេសយើងទៅតែទេ, យើងតស៊ូ,យើងយកជីវិតយើងមកដាក់ដើម្បីតស៊ូ

នេះ,យើងបង្ហាញច្បាស់ណាស់រឿងទឹកដីជាអាយុ ជីវិតរបស់ជាតិយើង របស់ប្រជាពលរដ្ឋយើង...។

អ៊ឹម ឈឿម : សូមអរគុណលោកជំទាវ ហើយ នៅសំណួរចុងក្រោយនេះ, តើលោកជំទាវមានអ្វី ផ្តាំផ្ញើដល់ជនរួមជាតិនៅឯក្រៅប្រទេសដែរឬទេ បាទ ?

ម្ចា សុខហុ : ខ្ញុំសូមអរគុណក្នុងនាមលោក ប្រធាន សម រង្ស៊ី និងលោក កឹម សុខា និងក្នុង នាមយើងទាំងអស់គ្នាជាសមាជិក សមាជិការ នៃ គណបក្សសង្គ្រោះជាតិ,សូមអរគុណដ៏ស្មោះដល់ ប្រជាពលរដ្ឋយើងទាំងអស់ដែលរស់នៅឯនាយ សមុទ្រ, យើងខ្ញុំតែងតែសួរទៅបងប្អូននៅឯនាយ សមុទ្រដែលបានមកចូលរួមក្នុងវេទិកាដែលយើង ខ្ញុំចុះមកនេះ ។ ខ្ញុំតែងតែសួរថា តើបងប្អូននិក ប្រទេសជាតិទេ ? តើព្រលឹងបងប្អូននៅឯណា ? ។ គាត់តែងតែនិយាយថាព្រលឹងរបស់គាត់នៅឯ ប្រទេសកម្ពុជា។ ភាពកក់ក្តៅដែលខ្ញុំបានទទួល បំផុតនោះគឺនៅគ្រប់ទីកន្លែង។ ផ្ទះដែលខ្ញុំបានទៅ នៅជាមួយបងប្អូនយើងនៅគ្រប់រដ្ឋដែលយើង បានទៅនោះ គឺផ្ទះណាក៏មានជាអ្វីមរតកនៃខ្មែរ យើង, ម្ហូបក៏ទទួលបានម្ហូបខ្មែរយើង,ស្លាបរីឡ ខ្មែរ,ហើយនិយាយក៏និយាយជាភាសាខ្មែរ,និក រលឹកតែពីប្រទេសជាតិយើង,ហើយខ្ញុំសូមអរគុណ ដល់វិភាគទាន ដែលយើងបានទទួលរហូតទៅ ដល់ជាង២ម៉ឺនដលូវក្នុងរយៈពេល៣៧ឆ្នាំនេះ...។

អ៊ឹម ឈឿម : សូមអរគុណលោកជំទាវ ដែលផ្តល់ឱកាសឱ្យប្រទេសម្ចាស់និយាយលោកជំ ទាវហើយសូមជូនពរឱ្យបេសកកម្មរបស់លោកជំទាវ ទទួលបាននូវភាពជោគជ័យ ។



Farmers Market

★ Sieu Thi 5 Sao ★ 五星超級市場 ★

មានលក់សាច់ស្រស់ ត្រីស្រស់ ក្តោម ក្តោម មានបន្លែស្រស់ គ្រប់មុខ ពិសេសមានបន្លែតម្រូវម្ហូបខ្មែរ-លាវ មានផ្លែឈើអាស៊ី គ្រប់យ៉ាង ដូចជាផ្លែម្នាក់ សាវមាវ ផ្លែស្វាយ ផ្លែជំពូរ ខ្មោរ ទាបបារាំង ទាបស្លឹត ផ្លែមង្គុត ផ្លែមាន ផ្លែស្រកានាត ។ល។មានលក់ម្ហូបស្អាត ក្នុងកញ្ចប់ នៅខាងក្រៅ ឬក្នុងទូទឹកកកគ្រប់មុខ មានលក់របស់របរ ប្រើប្រាស់ក្នុងផ្ទះ ។

ពិសេស: មានជ្រូកខ្មែរ ទាខ្មែរ មាន់ស្លោជាក់ខ្លីម មាន់ទឹកស៊ីអ៊ុរ ត្រីចៀន ត្រីខ ទឹកអំពៅកៀប នំបាវនំបាំង

បង្អែមញ៉ាំកំសាន្តផ្សេងៗ ។
មានការសែតខ្មែរ រៀនរាល់ពីរអាទិត្យ



Open: Mon-Sat: 9am-8pm
 Sun: 9am-7pm

475 Flatbush Avenue, Harford, CT 06106
 Tel: (860) 953-5458 - Fax: (860) 953-5462



ព្រឹត្តិបត្រ ព្រឹត្តិបត្រ ព្រឹត្តិបត្រ



ព្រឹត្តិបត្រ ព្រឹត្តិបត្រ ព្រឹត្តិបត្រ

២៤ មិនា : គប់គ្រាប់បែកចូលទីស្នាក់ការកសែត "អន្តរាគមន៍" មានរបួស៥នាក់

២៧ មិនា ១៩៩៤ រដ្ឋមន្ត្រីការបរទេសខ្មែរ នរោត្តម សិរីវុឌ្ឍប្រកែកតវ៉ាចំពោះអាជ្ញាធរថៃ ដែលបានក្រេបជនក្បែរស្ថានីយ៍ តេចខ្លួនពីការ វាយប្រហារគ្នា នៅតំបន់គ្រប់គ្រងដោយខ្មែរ ក្រហម-ថៃមិនឱ្យខ្មែរចូលការិយាល័យ អ.ស.ប និង សិទ្ធិមនុស្សតាំងនៅលើទឹកដីថៃ ។

២៩-មិនា ទាហានរដ្ឋាភិបាលបានវាយប្រហារ លើគុកបាត់តំបង ដើម្បីដោះអ្នកទោសម្នាក់ ដែលជាប់ចោទពីបទរំលោភបំពានច្បាប់។

៩ មេសា លោកគ្រូរត អេវ៉ាន់ ថ្លែងការថា "ក្រុមខ្មែរក្រហមជាទីពឹងខ្សោយ"-នៅថ្ងៃ ដែលខ្មែរក្រហមបានសម្លាប់យុទ្ធជន២នាក់ ក្នុង នោះមានក្មេងម្នាក់ ហើយធ្វើឱ្យរបួស២៥នាក់ នៅត្រើយស្នា ខេត្តកណ្តាល ។

១១ មេសា ជនជាតិអូស្ត្រាលី និងអង់គ្លេស បានត្រូវគេលប់ចោលនៅលើផ្លូវទៅកំពង់សោម - រដ្ឋមន្ត្រីអូស្ត្រាលី គ្នាវេត អេវ៉ាន់ បានបញ្ជាក់ ថ្លែងកញ្ជោត ក្រោយមកថា អ្នកទាំងពីរត្រូវគេ សម្លាប់ ។

១៣ មេសា សម្តេចសីហនុ បើកធ្វើប្រជា សវនាការ ឡើងវិញដូចព្រះអង្គធ្លាប់ធ្វើមុន១៩៩៣ រយ ។

១៩ មេសា : ទីពឹងខ្មែរក្រហម៣០០០នាក់ ដណ្តើមយកប៉ៃលិនវិញបាន-រដ្ឋាភិបាលខ្មែរ ចោទថា សៀវភៅជួសជុលសម្រាប់ក្រុមខ្មែរ ក្រហម- ការវាយបាញ់នៅអង្គរវាំង និងនៅប៉ៃលិន បានបញ្ជាក់ថា ទីពឹងខ្មែរក្រហមបានសម្លាប់ គ្មានន័យ និងពុករលួយបំផុត ។

២២ មេសា : សម្តេច សីហនុ ស្នើឱ្យបើកកិច្ច ប្រជុំតុល្យ (គំនិតពិសេស១៩៩៣) ។

២៨ មេសា : ខ្មែរក្រហមយកត្រង់(ពាក់ កណ្តាលផ្លូវបាត់តំបង-ប៉ៃលិន)បាន-យកមូល ដ្ឋានយោធាសម្រាប់ រតនមណ្ឌលបានធ្វើឱ្យមាន ការគម្រាមកំហែងយ៉ាងខ្លាំងដល់បាត់តំបង ។

២៩ មេសា : ប្រកាសពីរបបអាពាហ៍ពិពិធកម្ម សេនីយ សាក់ ស៊ុត សាខន អាយុ ៦៨ ឆ្នាំ ប្រធាន គណបក្សប្រជាជនកម្ពុជាសម្រាប់ព្រះពុទ្ធសាសនា និងជាទីប្រឹក្សាយោធារបស់រដ្ឋាភិបាលលោកបាន ត្រូវស្លាប់នៅពេលខ្មែរក្រហមយកប៉ៃលិនវិញ បាន ។

៣០ មេសា : នាឱកាសធម្មយាត្រាសន្តិភាព សំដៅទៅប៉ៃលិន ដឹកនាំដោយសម្តេចសង្ឃមហា ឃោសន្ត ព្រះសង្ឃ ១ អង្គនិងយាយជីម្នាក់បាន ត្រូវស្លាប់ដោយការបាញ់គ្នារវាងទីពឹងរដ្ឋាភិបាល និងខ្មែរក្រហម ពួកស្បែកស ៦នាក់ និងខ្មែរបី នាក់ បានត្រូវចាប់ខ្លួនដោយខ្មែរក្រហម ហើយ

លែងមកវិញ នៅប៉ុន្មានម៉ោងក្រោយមក ។

២ ឧសភា ១៩៩៤ : កិច្ចប្រជុំតុល្យគ្រោង និងធ្វើពិធី២៥ឆ្នាំឧសភា បានត្រូវលប់ចោល ដោយ ខៀវ សំផន មិនព្រមមកក្នុងពេញ ដោយ- ថា គ្មានសន្តិសុខគ្រប់គ្រាន់-ក្រុមខ្មែរក្រហមយក បានមូលដ្ឋានដែលបាត់បង់ពីឆ្នាំ១៩៩៣ មកវិញ បាន ។

៥ ឧសភា : សីហនុ និយាយពីអំពើសាហាវ យ៉ាងឃ្លងរបស់ក្រុមខ្មែរក្រហម លើប្រជាជន ស៊ីវិល ។

៥-៦ ឧសភា : ប្រជុំអន្តរជាតិរបស់អង្គការ ក្រៅរដ្ឋាភិបាលនៅប្រិចស្តែល សម្រេចថា សកម្ម ភាពនៅកម្ពុជារបស់ពួកខ្លួនដែលផ្តើមពី១៩៨៧ ត្រូវបញ្ចប់ ។

៦-៧ ឧសភា : សីហនុ ស្នើឱ្យមានការបោះ ឆ្នោតសាជាថ្មីដោយឱ្យខ្មែរក្រហមចូលរួម ឬក៏ ចរចាឱ្យមានវត្តមានក្រុមខ្មែរក្រហមក្នុងរដ្ឋាភិបាល ដោយមានការកែប្រែរដ្ឋធម្មនុញ្ញបន្ទាប់ពីខ្មែរ ក្រហមប្រគល់តំបន់ដែលខ្លួនកាន់កាប់ឱ្យមករដ្ឋា ភិបាល និងរំលាយទីពឹងខ្លួនចោលចេញ ។

១០ ឧសភា : មានរបាយការណ៍មួយនៅមជ្ឈ មណ្ឌលសិទ្ធិមនុស្សនៃ អ.ស.ប បានឱ្យដឹងថា នៅ បាត់តំបងមានកងឯកភាពយកការណ៍ កងយោធពលខេមរភូមិន្ទ លេខ៩១ ដឹកនាំដោយសមាជិក គណបក្សប្រជាជនបានប្រព្រឹត្តសកម្មភាពលួចប្លន់ -ចាប់រំលោភ-ចាប់ជីវិត-ចាប់យុទ្ធជន-ធ្វើបាប និង សម្លាប់ចោលរហូតដល់មានស៊ីសាច់មនុស្ស ថែមទៀត-របាយការណ៍នេះ បានត្រូវបញ្ជាក់ បន្ថែម ដោយអង្គការក្រៅរដ្ឋាភិបាលខ្មែរនិងបរ ទេស ។

១០ ឧសភា : រដ្ឋាភិបាលមិនទទួលសំណើ សីហនុ ធ្វើឱ្យព្រះអង្គអស់សង្ឃឹមអស់ជំនឿ ហើយត្រៀមចេញដំណើរទៅប៉ៃលិន ។

១២ ឧសភា : ក្រុមប្រឹក្សាសភាសណ្តានប៊ុន ស៊ុនប៊ុច បានចូលលុកការិយាល័យកសែត "សាកល" ទប់ស្កាត់មិនឱ្យផ្សាយអត្ថបទពីសកម្ម ភាពរដ្ឋាភិបាលមុនឆ្នាំ១៩៧០-រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួង ព័ត៌មានគាំទ្រសកម្មភាពនេះ ហើយប្តឹងចាងហ្វាង កសែតឱ្យឡើងតុលាការពិបទមើលងាយរាជ និយម ។

១៣ ឧសភា : យោធារដ្ឋាភិបាលបានទៅ អុកឡុកសវនាការតុលាការនៅក្រុងព្រះសីហនុ- វាយចោលក្រុមនិងព្រះរាជអាជ្ញា ហើយគម្រាមថា នឹងសម្លាប់ចោល ។

១៥ ឧសភា : មានឃាតកម្មលើអ្នកនេសាទ រៀតណាម២រូប-កបាល ដឹកសម្ភារៈអ៊ុនតាក់ ចុង ក្រោយបានចេញដំណើរ ។

(នៅមានត)

- ♦ រូបភាព និងរឿងដើមជាភាសាថៃ ដោយ គុណបាយុតា
- ♦ បកប្រែជាភាសាអង់គ្លេស ដោយ ហ្សិន .អេ.លី
- ♦ ផាត់ពណ៌ដោយ យ៉ាន់ ហ្វាង លី
- ♦ បកប្រែជាភាសាខ្មែរដោយភិក្ខុ គង់ អាំ
- ♦ Original Illustration and Naration in Thai by Gunapayuta.
- ♦ Translation into English by A. Lu.
- ♦ Coloring by Yann Fang Lee
- ♦ Translation into Khmer by Bhikkhu Kong Am.

អត្ថបទបន្ថែម

បូជនីយដ្ឋានសេសសល់របស់ព្រះពុទ្ធសាសនាក្នុងប្រទេសឥណ្ឌា

The Holy Remains of the Buddhist Teaching in India



4-Memorial Hall of Queen Maya and the Pond

On the rear of the stone pillar of king Asoka there is a white colored building, that is the commemoration hall of Queen Maya. On its walls there are painted pictures of the birth of the buddha amongst other things. In front of the stone pillar and the commemration hall there is a great pond from which it is said that water had been taken from it on rinse and bathe the Buddha at the time of this birth.

5-The Bodhi Tree (Buddhagaya)

Buddhagaya is six miles south of the town of Gaya ! The Buddha Attained There full illumination under the Bodhi tree. This place is the most important center for the Buddhist s going on pilgrimage. The picture comprises a part of the stone railing and the temple.



6-The Great Stupa of Buddhagaya

The great Stupa of Buddhagaya buit with bricks and stone and has undergone rebuilding at various times . The four little stupas on the comers at top are approximately of the 14th century they were built by Burmese. As to the oldest Buddha stupa ot can be traced back to the early Gupta period.



៤-អាគារអនុស្សាវរីយ៍នៃមហាក្សត្រិមាយា និងស្រទឹក

នៅខាងក្រោយបង្គោលសិលាចារិករបស់ស្តេច អសោក មានអាគារពណ៌មួយដែលជាអាគាររំលឹក អនុស្សាវរីយ៍ដល់ព្រះមហាក្សត្រិមាយា ។ នៅលើផ្ទៃ ជញ្ជាំងមានគូរគំនូរព្រះពុទ្ធទ្រង់ប្រសូត្រក្នុងចំណោម រឿងផ្សេងៗជាច្រើនទៀត ។ នៅខាងមុខអាគារនេះ មានស្រទឹកធំមួយដែលគេនិយាយថា ទឹកក្នុងស្រះ នោះត្រូវបានដង្ហក់ទៅលាងជម្រះ និងផ្លូតព្រះពុទ្ធ កុមារនៅពេលព្រះអង្គប្រសូត្រ ។

៥-ដើមពោធិព្រឹក្ស (ពុទ្ធហយា)

ពុទ្ធហយាមានចំងាយ៦ម៉ែល (៩.៦៨គម)ខាង ត្បូងទីក្រុងធីយា ។ ព្រះពុទ្ធទ្រង់បានសំរេចការត្រាស់ ដឹងពេញបរិបូណ៌នៅក្រោមដើមពោធិនេះ ។ ទីនេះជា កន្លែងសំខាន់បំផុតសំរាប់ពុទ្ធសាសនិក ដែលតែងតែធ្វើ ធម្មយាត្រាទៅមិនដាច់ ។ រូបភាព (ដើមពោធិ)នេះ មានព័ទ្ធដោយរបងថ្ម និងប្រាសាទ ។

៦-មហាចេតិយពុទ្ធហយា

មហាចេតិយពុទ្ធហយា កសាងអំពីថ្ម និងថ្ម ហើយ ត្រូវកសាងឡើងវិញជាច្រើន លើកច្រើនសារ ។ ចេតិយ តូចៗបួននៅត្រង់ជ្រុងទាំង បួនលើកំពូលកសាងឡើង ប្រហែលជាក្នុងសតវត្សទី ១៤ ដោយពួកភូមា ។ ចំណែក ឯពុទ្ធជេតិយដ៏ចាស់បំផុត នេះត្រូវបានគេចម្លង តាម ចេតិយនៃដើមរដ្ឋ កាល ស្តេច ហ្គហ្គ ។

ប្រវត្តិរណសិរ្សជាតិដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរ រ.ជ.រ.ប.ខ លោកតា ស៊ីន សាន



ដោយ : ម៉ម យ៉ង
(ព័ត៌មានមុន)

ថ្នាក់ជាន់ខ្ពស់ដឹកនាំទៅបាននាំគ្នាធ្វើដំណើរចេញទៅយ៉ាងសង្ហាអង់អាចក្លាហានទៅតាមច្រកផ្លូវចូលដែលក្រុមកងសម្លាត់បានចូលទៅរៀបចំទុកឱ្យជាមុនស្រេចហើយនោះ ដោយគ្មានភ័យព្រួយពីការវាយប្រហារតបតពីកងទ័ពខ្មែរយួនឡើយ ។ ពីព្រោះមានសេចក្តីរាយការណ៍របស់បណ្តាញព័ត៌មានសម្ងាត់ កងរាជ បានផ្តល់មកឱ្យយ៉ាងទៀតទាត់ហើយពិតប្រាកដផង ។

លុះហើយទៅដល់ទីដៅដែលត្រូវវាយប្រហារហើយមេបញ្ជាការបានហៅប្រជុំមេសំខាន់ៗទាំងអស់មកឱ្យបញ្ជា និងបេសកកម្មដែលត្រូវបំពេញនៃក្រុមប្រយុទ្ធនិមួយៗ ។

លុះស្រេចបាត់សព្វគ្រប់ហើយ ទើបបើកការបញ្ជាយុទ្ធជនឱ្យលូតលាស់ទៅដោយសន្សឹមប្រុងប្រយ័ត្នយ៉ាងខ្លាំងក្លាបំផុត តាមក្បួនយុទ្ធសាស្ត្រទៅតាមបញ្ជារបស់មេបញ្ជាការ ។ ការរំកិលខ្លួនដោយសម្ងាត់នៃយុទ្ធជនបានប្រព្រឹត្តទៅដោយស្ងាត់ស្ងៀម និងប្រុងប្រយ័ត្នបំផុតដៅទៅរកទីតាំងរបស់ខ្មាំង ។

នៅពេលទៅដល់ចំណុចរៀងៗខ្លួន ក្រុមនីមួយៗត្រូវត្រៀមខ្លួនតាំងសតិស្មារតីរងចាំមេបញ្ជាការឱ្យបញ្ជាចាប់ផ្តើមផ្ទុះអាវុធ មុនដំបូងកងកាំភ្លើងធំ និងកងបាញ់កាំជ្រួចផ្ទាំង ចាប់ផ្តើមបាញ់ ភ័ង ភ័ង ភ័ង ឡើងសន្ធាប់យ៉ាងទ្រហឹងអឹងអាប់ សាយនិងសូរផ្ទុះឡើង ដោយមានអណ្តាតភ្លើង ផ្អែម អាបំពាសពេញទីតាំង ។

ពេលនោះយុទ្ធជនស្និស្ទប់វាយលុក ក៏ចាប់ផ្តើមរំកិលខ្លួន ចូលទៅឱ្យជាប់នឹងរបងការពារទីតាំងរួចហើយក៏ទ្រេបបសគ្គទាំងអស់ មានរបងនិងគ្រាប់មីនជាដើម ។

រួចហើយរកច្រកដែលមានសន្តិសុខគ្រប់គ្រាន់រត់ចូលសម្រុកទៅក៏ទ្រេបទឹកនឹងសំខាន់ៗឱ្យខ្ទេចខ្ទីអស់ ហើយកាន់កាប់ជាតំណក់ៗ រហូតបានទទួលជោគជ័យទាំងស្រុង ។

បន្ទាប់មកមេបញ្ជាការ ចេញបញ្ជាឱ្យកងការពារសន្តិសុខ និងកងប្រមូលប្រមូលគ្រប់ផងអាវុធតូចធំ និងសម្ភារៈសឹកសំខាន់ៗ ដូចជា វិទ្យុទាក់ទងជាដើម ។

រីឯសម្ភារៈសឹក និងគ្រាប់រំសេវមួយចំនួនត្រូវកំទេចចោលនៅពេលដកទ័ពចេញពីទីតាំងនោះ ។ សកម្មភាពប្រតិបត្តិការសឹកសំខាន់ៗរបៀប

នេះមានធ្វើជាច្រើនលើកណាស់ ហើយនៅពេលធ្វើម្តងៗតែងតែមានភ្នាក់ងារយកព័ត៌មានអន្តរជាតិបានចូលតាមទៅយកព័ត៌មានជាមួយជានិច្ច ហើយអ្នកយកព័ត៌មានទាំងនោះមិនមានទទួលបានថ្នាក់អ្វីទេ គឺមានតែបន្តិចបន្តួចប៉ុណ្ណោះ ។

សូមជំរាបបញ្ជាក់ថា រូបខ្ញុំបាទ ដែលជាអ្នកនិពន្ធប្រវត្តិរណសិរ្សជាតិដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរនិងកងទ័ពជាតិដោះប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរនេះ គឺជានាយទាហានជាន់ខ្ពស់ម្នាក់ជាសហការីផ្ទាល់របស់លោកតាប្រធាន ស៊ីន សាន និងលោកអគ្គមេសេនីយ៍សក់ ស៊ុតសាន បានចូលរួមក្នុងការកិច្ចសំខាន់ៗជាច្រើននៅក្នុងកិច្ចប្រតិបត្តិការសឹកដោះប្រទេសជាតិខ្មែរនេះ ដូចមានជីវប្រវត្តិរបស់ខ្ញុំបាទជូនជ្រាបនោះដែរ ។

ភាគ១៥-សកម្មភាពអ្នកសារព័ត៌មានអន្តរជាតិជាមួយអ្នកតស៊ូ

នៅក្នុងរឿងអ្នកសារព័ត៌មានអន្តរជាតិនេះ ទៀតសោតរូបខ្ញុំបាទ បានធ្វើដោយផ្ទាល់ជាច្រើនលើក ដើម្បីជួយអស់លោកទាំងនោះ ។ ខ្ញុំបាទសូមលើកតួយ៉ាងមួយ គឺនៅពេលប្រជុំមួយនារដូវវស្សា នៅតាមផ្ទះផែនខ្មែរ-សៀម វាលស្រែ



និងផ្លូវថ្នល់ទាំងអស់ពេញទៅដោយទឹកលេចស្ទើរតែធ្វើដំណើរពុំកើតមានតែរថយន្តដែលមានកង់ខ្ពស់ទេ ដែលអាចបើកបរបាន ។ ពេលនោះរូបខ្ញុំបាទជាអ្នកទទួលខុសត្រូវកិច្ចការទំនាក់ទំនងជាមួយអាជ្ញាធរកងទ័ពជាតិថៃ ត្រូវតែបំពេញមុខនាទីដ៏សំខាន់នេះ ។ លោកអគ្គមេបញ្ជាការឱ្យយករថយន្ត២គ្រឿងទៅទទួលយកភ្នាក់ងារសារព័ត៌មានអន្តរជាតិមួយក្រុមមានបួនរូប ដែលទើបត្រឡប់មកពីស្រុកខ្មែរមកដល់ភ្នំម៉ាឡៃ នាយប៉នោះប្រមាណម៉ោង១២អធ្រាត ។

ក្រោយពីបានបញ្ជានេះភ្លាម ខ្ញុំបាទបានទាក់ទងជាមួយកងទ័ពថៃ រួចសុំការជួយពីកងទ័ពជាតិថៃ ដើម្បីទៅទទួលយកអ្នកសារព័ត៌មាននោះតាមកំណត់ពេលវេលា ។ តទៅលេខក្រោយ

Advertisement for Conway Insurance. Header: ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងដែលបានបម្រើសង្គម២២ឆ្នាំហើយ CONWAY INSURANCE. Image: A group of smiling people. Text: For over 23 years, Conway Insurance Agency has been your community's one-stop provider of quality insurance services in New England. We are a full-service agency offering: Personal Insurance (Autos, Homes, Apartments, Jewelry, Fine arts, Collectibles) and Business Insurance (Property, Liability, Professional Liability, Worker's compensation, Bonds, Auto, Garage keepers, Disability and life insurance, Other specialty programs). Contact: លោក Philip Muth, Philip@ConwayInsurance.com

Advertisement for East Coast Center for Plastic & Laser Surgery. Header: East Coast Center for Plastic & Laser Surgery. Doctor: Mai Ngoc Tran, M.S., Skin Care Specialist; Joseph A. Russo, M.D. F.A.C.S Plastic & Reconstructive Surgeon. Website: www.eastcoastsurgery.com. Services: Skin Care Products, Tummy Tuck, Breast Lift, Breast Enlargement, Nose Surgery, Eyelid Surgery, Face Lift, Dermabrasion. Text: បាបកែសម្ផស្សលើខ្ញុំមានទទួលបានកែសម្ផស្ស បុរស-ស្ត្រី ដែលមានអាការៈដូចជា: ខ្លាញ់ក្បាលពោះ ពព្រឹកលុបន់ឱ្យធំ កែខ្នងច្រមុះ កែត្របកភ្នែក កែមុខស្រស់ល្អាត...។ល។ និង។ល។ និងមានលក់ឧបករណ៍កែសម្ផស្សផ្សេងៗជាច្រើនទៀត. Address: 381 West Broadway South Boston, MA 02127. Phone: (617) 464 - 0001

តម្រូវការទី ១

លោក ប៉ារ៉ាក់ អូបាម៉ា ឈ្នះម្តងទៀត

មនុស្សចាស់និងក្មេង ក៏ចេញមកយ៉ាងកកកុញ ជាពិសេសជនជាតិភាគតិច ដូចជាព្រះស្រីស្រី ៧៣% និងអាស៊ាន អាមេរិកាំង៧១% ជាចំនួនច្រើនមិន ដែលមាន ។ នយោបាយលោក អូបាម៉ា បានត្រូវគេ វិភាគថា ជាទីចំណូលចិត្តលើវិស័យយកចិត្តទុកដាក់ ពីបញ្ហាអន្តោប្រវេសន៍ បញ្ហាជំនួយដល់ការថែទាំសុខភាព បញ្ហាទប់ទល់វិបត្តិសេដ្ឋកិច្ចយ៉ាងប្រឹងប្រែង... ។ល។ គឺសម្លេងឆ្នោតរបស់ក្រុមយុវវ័យ និងជនជាតិភាគតិច អាមេរិកាំង ដែលបានធ្វើឱ្យ មីត រ៉ូមនី រហូតចេញពី ការប្រកួត ។

នៅឡើយវិលតំបន់ដែលសម្បូរណ៍សហគមន៍ខ្មែរ រស់នៅបានត្រូវលោក វ៉ាស្កា នួន មន្ត្រីគណៈក្រុម ប្រឹក្សាក្រុងសម្លេងការរីករាយ និងបើកសមាជិក នៃសហគមន៍ខ្មែរចេញទៅបោះឆ្នោតច្រើនគ្នា លោក ប៉ាន់ស្មានថា មានប្រមាណជា២០០០នាក់ដែរ ដែល បានចេញទៅបំពេញភារកិច្ចជាពលរដ្ឋអាមេរិកាំង ។ លោកបានបន្តថា ចាប់ពីនេះតទៅសហគមន៍ខ្មែរ កំពុងមើលឃើញថា សហគមន៍ខ្មែរជាសហគមន៍សកម្ម និងទទួលបាននូវការយកចិត្តទុកដាក់ពីសំណាក់អ្នក គ្រប់គ្រង ច្រើនជាងពេលមុនៗ ។

នៅរដ្ឋម៉ាសាឈូសែតដែលមានលោក រ៉ូមនី ធ្លាប់ធ្វើហោយក្រុង(Governor) សម្លេងឆ្នោត របស់លោកបានតែ៣៧% ទល់នឹង អូបាម៉ា ៦៣% នៅ ពេលកំណត់សម្លេងឆ្នោតសម្រាប់ អូបាម៉ា មានរហូតដល់

៩១% ទល់ រ៉ូមនី តែ៧%ប៉ុណ្ណោះ ។ នៅមានតំបន់ ជាច្រើនដែលសម្លេង រ៉ូមនី និងអូបាម៉ា នៅប្រកួតគ្នា ហើយ រ៉ូមនី បានឈ្នះនៅតំបន់កណ្តាលស្ទើរទាំង អស់ ធ្វើឱ្យគាត់សង្ឃឹមថា អាចនឹងផ្តល់តំណែងជា ស្ត្រីទី១ ដល់ភរិយាគាត់ បានរួចខ្លួនទៅហើយ ។ ផ្ទុយ ពី រ៉ូមនី-អូបាម៉ា យកបាន តំបន់ក្នុងរដ្ឋសំខាន់ៗដែល មានមនុស្សច្រើនរស់នៅ ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យចំនួន ប្រតិភូលោកឡើងលឿន ជាង ។

ប្រជាពលរដ្ឋ អាមេរិកាំង នាពេល នេះបានទទួលយកជ័យ ជំនះរបស់ អូបាម៉ា យ៉ាងរីករាយយ៉ាងត្រចះ ត្រចង់ ហើយទទួល ស្គាល់ថា ជាប្រធានា ធិបតីដ៏អស្ចារ្យ ។ នៅ ក្នុងសន្ទរកថា ជោគ ជ័យ នាព្រឹត្តិទិវា លោក អូបាម៉ា បាន

“ថ្លែងអំណរគុណ”ដល់ប្រជាជាតិអាមេរិកាំងដែល បានធ្វើឱ្យអត្តន័យនៃ “សហព័ន្ធ”ដែលបានចាប់កំណើត ពីជាង២០០ឆ្នាំមកហើយ មានដំណើរទៅមុខ ...បោះឆ្នោតចប់ហើយ ការងារពុំទាន់បានចប់នៅ ឡើយទេ...! ។

នៅហ្សឺណែវដែលហ្សឺសហគមន៍ខ្មែរក៏បានបំពេញ ភារៈកិច្ចណែនាំសមាជិកសហគមន៍ខ្មែរយ៉ាងសកម្ម ណាស់ដែរ -ក្រុមអ្នកបញ្ជាវិន័យខ្មែរបានប្រកួតហៅ គ្នា ដើម្បីជួយណែនាំដល់បណ្តាបងប្អូនខ្មែរដែលត្រូវ ការជំនួយបោះឆ្នោតដោយស្ម័គ្រចិត្ត ។ គណកម្មការ

ឃោសនា អូបាម៉ា នៅហ្សឺណែវបានដាក់ ការផ្សាយឃោសនាមួយក្នុងទំព័រ “ខ្មែរផ្លូវ” បានផ្តល់អត្ថន័យថា សារ- ព័ត៌មានខ្មែរមានសារសំខាន់ចំពោះជន ភាគតិចខ្មែរ គឺការលើកតម្កើងមួយ គួរ ឱ្យកត់សម្គាល់បាន ។ នេះជាសញ្ញានៃ ការរីបរំរងរបស់ខ្មែរនៅហ្សឺណែវដែល កំពុងទទួលបានផលផ្នែកផ្តាជាខ្មែរ- អាមេរិកាំងជាបណ្តើរៗហើយ ។



ឡើយវិល: ទោះជាឈឺក៏ត្រូវតែ ទៅបោះឆ្នោតដែរ

1. Election Results

Table with 4 columns: Candidate, Popular vote, Percentage, Electoral votes (270 to win). Rows include Barack Obama (60662174, 50%, 303) and Mitt Romney (57820742, 48%, 206). It also shows control of the House and Senate.

តម្រូវការទី ៣

តើទីវាមាតាមានន័យអ្វីសម្រាប់...

ទាំងអស់របស់អ៊ុំ...និងដល់ម្តាយ គឺនឹកដល់ចុង ឈើទាល់មួយដើមខ្ពស់នៅចុងភូមិ...នឹកដល់ខ្លែង ឯកទ័រៗ នៅលើមេឃខៀវស្រឡះ...នឹកដល់វត្ត អារាមដែលមានព្រះសង្ឃស្នាដ្ឋាយធម៌អាធិ: ឥ.ឧ. ឱ...ព្រោះហេតុអ្វីទៅ? ព្រោះនៅកុមារ ពេលមកពីរៀនឃើញចុងឈើទាល់ចង្វាយអ៊ុំខំ រត់យ៉ាងលឿនទៅជួបម៉ែឱបត្រសុលចូលក្នុង ទ្រូងគាត់។ ឃើញខ្លែងហើរលើមេឃខំរត់ទៅរក ម៉ែដោយដឹងថា ម៉ែកំពុងច្រូតស្រូវនៅក្នុងស្រែ ក្បែរភូមិ ព្រោះខ្លែងនោះជាខ្លែងរបស់បងប្រុស អ៊ុំកំពុងចង់ខ្សែទុកចោលក្បែរនោះ ហើយខំជួយ ច្រូតស្រូវម្តាយតែអ៊ុំរត់ទៅពុំមែនចង់ជួយច្រូត ទេ តែចង់រារាំងក្នុងកញ្ចប់ដែលគាត់ទទួលទៅពី ព្រឹកនោះមើល តើនៅសល់ចំណីអីខ្លះទេ ។ ដោយម្តាយតែងតែនាំទៅវត្តពេលបានឈប់សម្រាក ពីសាលាដើម្បីឱ្យស្តាប់ធម៌ ឬក៏លោកទេសនា ហេតុនេះ ពេលទៅណាកាត់ទទឹងវត្តចិត្តអ៊ុំក៏នឹក ច្រូចដល់ម៉ែ . ឥឡូវមាននៅក្មេងអីទៅវត្តក្មេងៗ ហៅថា“លោកតាៗ” ទៅហើយតែចិត្តស្រឡាញ់

ម្តាយនៅតែចាំមិនភ្លេចឡើយ ទោះបីមានប្រពន្ធ មានកូន ព្រមទាំងមានចៅយ៉ាងច្រើនទៅហើយ ។ នឹកដល់ខ្លួនឯងមានចៅ ទើបនឹកឃើញថា អ៊ុំស្រី របស់ ក្មួយមិនគ្រាន់តែទៅជាមាតាទេ តែបាន ទៅជាលោកយាយទៅហើយៗចេះតែត្រូវនៅ បែកគ្នាពីអ៊ុំមួយចំហៀងផែនដីម្នាក់មិនដឹង តើ បានកូនចៅរៀបចំធ្វើពិធីទីវាមាតាជូនគាត់ ឬទេ បើអ៊ុំនៅក្បែរប្រហែលនឹងបាននិយាយថា: “បង ស្រឡាញ់អូននឹកអាណិតអូនច្រើនណាស់” ហើយ អាចបានរំលឹកឡើងវិញនូវអនុស្សាវរីយ៍កំសត់ ឬផ្តួមផ្តួលជាមួយគ្នាតាំងពីពេលសក់ប្រាស់ ស្មាវនៃវ័យស្បែកស្បែករហូតដល់វ័យថ្ពាល់ខ្វែង. ភ្នែកស្រវាំង. របស់មួយមើលឃើញថា ពីរបី. សក់ក៏សព្វោងពេញក្បាល... អនុស្សាវរីយ៍រាប់ ម៉ឺនអស់? សូមមាតាទាំងឡាយលើពិភពលោក បានជួបតែក្តីសុខសប្បាយ.ជួបប្រទះតែសំណាង ល្អ.សប្បាយរីករាយជាមួយកូនប្រុសកូនស្រី កត់ព្យូ ពិសេសបានរស់ក្រោមដំបូលប្តីដ៏ល្អ... ។



Agent: Roeut Chak

PK Property, Inc. ក្រុមហ៊ុនអចលនវត្ថុ លក់ ជួល គ្រប់ប្រភេទ

Real estate listings for PK Property, Inc. including Co. Laundry, Beer Distributor, and Nail Salon with details on location, price, and contact information.

វិធីបន្ថយនិងលំហែកាយនិងចិត្ត និងក្រេបជញ្ជក់សេដ្ឋកិច្ច

Method how to relax mind and body in order to enjoy life.



តើលេខមុន

ប្រៀបធៀបអ្នកម្នាង ទៀត ពីព្រោះអ្នក ឈរលើជំហរគុណ ភាពឈរលើវេទនា លើរូបកាយ (ដែល ចាត់ទុកដូចជាយុត្ត ការ) អ្នកពុំបណ្តើរ ឱ្យប្រព័ន្ធខួរក្បាលប្រព័ន្ធមីមីរីដិកនាំផ្ទះមុខឡើយ (មនោសញ្ចេតនាអវិជ្ជមាន កំហឹង ភ័យ ព្រួយ ច្រណែន ត្រូវបានគ្រប់គ្រងតាមរបៀបនេះ) ។

(ឈ) មនុស្សជាប់ផ្ទុះក្នុងអារម្មណ៍អវិជ្ជមាន មនុស្សជាប់ផ្ទុះក្នុងអារម្មណ៍អវិជ្ជមានសំដៅយក ជនណាដែលទទួលការប្រកបសង្កត់អំពីខ្លួនខ្លួន ពីមនុស្សម្នាក់ ដូចជាកំហឹងងាយផ្ទុះ ហើយជនណា គ្មានហេតុផល ឬដោយហេតុផលតិចតួច ។ អ្នកខ្លះកើត ទុក្ខរីករីកទាំងកាយទាំងចិត្តគ្មានពេលវេលា គេកើត ទុក្ខដោយខកចិត្តពុំបានលំអរបំណងណាមួយក្នុងជីវិត ដោយប្រកបប្រាសព័ត៌មានជាមិត្តស្រឡាញ់ ដោយជួបនឹង ការខូចខាតណាមួយជាមុន ។ បើជននេះចេះបញ្ចូល របៀបតម្រង់សតិបើកទូលាយទៅក្នុងការរស់នៅបាន ញឹកញាប់ ជាពិសេសបំផុតរបៀបកត់សំគាល់វេទនា លើនិងក្នុងរូបកាយរបៀបសំរួតសម្អាតក្បាលដល់ចុង ជើងពីចុងជើងដល់ក្បាល យឺតៗ ឬវិធីចុះឡើងញឹកញាប់

You just note and scan your body sensations very often ទំលាប់ចាស់នឹងបាក់ស្រុតរលាយបាត់បង់ ឥទ្ធិពលរូបកាយជននេះពុំមានឡើយ ពន្លឺនៃសុភមង្គល នឹងត្រឡប់កើតមានចំពោះគេជាកំណត់ខ្លួនឡើយ ។

ជាក់ស្តែងអ្នកដែលជួបនឹងអារម្មណ៍ទុក្ខព្រួយជាប់ ជាមិនអារម្មណ៍ត្រូវតែណែនាំដល់ខ្លួនទាំងទាំងយប់ ពុំមានស្រាកស្រាន់កំហឹងក្តៅក្នុងខ្លួនជាប់ជាមិនការ ជាប់ជំពាក់នឹងរឿងអ្វីមួយកើតភាពអស់សង្ឃឹមក្នុង ជីវិត តើអ្នកត្រូវធ្វើយ៉ាងណាឱ្យរួចផុតពីស្ថានភាពជាប់ ឃុំខ្លួនឯងក្នុងកុំពិភពចិត្តមនុស្សនេះ ? ចូរអ្នកប្រើវិធី ការតម្រង់សតិបើកទូលាយដូចខ្ញុំជារបបនេះ ។ បើ អារម្មណ៍ទាំងនោះលេចឡើងមកក្នុងចិត្ត សូម (១) គ្រាន់តែដឹងថា មានអារម្មណ៍ទាំងនោះ លេចមកហើយ សូមត្រឹមនោះ (២) ពុំពិចារណា ឬដដែលៗវាវាខុស ត្រូវឡើយ ពុំវាយតម្លៃ ឬអាក្រក់ឡើយ (៣) បើក ផ្លូវឱ្យអារម្មណ៍ទាំងនោះ បញ្ចេញរូបភាពតាមចិត្ត Allow Allow everything to manifest ចូរចាត់ទុករូបអ្នក ដូចជាដងអ្នកពុំមែនជាបស់ក្នុងដងឡើយ អ្នកជាសតិ ដឹងជាចិត្តបរិសុទ្ធបើកទៅពីក្រោយបាតក្បាលហូរអារម្មណ៍ ទាំងនោះ ។ បើអ្នកអាចអនុវត្តបច្ចេកទេសនេះបានអារម្មណ៍ សុភមង្គលខ្មោចខ្លាំងនឹងទាំងនោះពុំអាចមានកន្លែងឈរ ក្នុងផ្ទៃចិត្តអ្នកឡើយ វានឹងរលាយបាត់រូបមួយពេល អស្ចារ្យណាស់ ជាក់ស្តែងណាស់ពិតប្រាកដណាស់ ។ ជា ការប្រសើរ សូមអនុវត្តឈប់សំរាកពិនិត្យចិត្តលំហូរ

តំនិត អារម្មណ៍ របស់អ្នកញឹកញាប់ ឬអាចឆ្លើតសំរាក រយៈពេលមួយនាទីក្នុងមួយម៉ោង បើអាចធ្វើទៅបាន ។

ឧទាហរណ៍អំពីរបៀបតម្រង់សតិបើកទូលាយដែល ខ្ញុំរៀបរាប់ជាគំរូខាងលើនោះ សូមអ្នកយកវាមក បំបែកបញ្ចូលទៅក្នុងគ្រប់សកម្មភាពនៃជីវិតរបស់អ្នក ចូរអ្នកហាត់លេងប្រឡែង ជាមួយពិភពចិត្តអ្នកហាត់ លោតផ្ទោះពីការតម្រង់សតិបើកទូលាយតម្រង់សតិ បើកទូលាយ ឬបញ្ច្រាស់ទៅវិញ ចុះឡើងៗ បន្តិចម្តងៗ របៀបទាំងនេះនឹងក្លាយទៅជាទំលាប់គុណភាពជីវិតអ្នក នឹងកាន់តែមានពន្លឺរស្មីភាពក្សេមក្សាន្តកាន់តែរីកចំ ឡើងៗ ។

ការតម្រង់សតិបើកទូលាយនាំមកនូវភាពច្របាច់ ក្នុងចិត្តនិងអារម្មណ៍ សន្តិភាពផ្លូវចិត្ត សេរីភាពក្នុងចិត្ត បានរួចរំដោះពីទុក្ខសោកព្រួយបារម្ភ កើតប្រាជ្ញាភ័ក្ត្រ ក្តី សប្បាយរីករាយ ជីវិតមានខ្លឹមសារ ជីវិតមានន័យ មាន សំរស់ និងប្រកបដោយសុភមង្គល ។ ខ្ញុំសូមរៀបរាប់ បន្ថែមចំណុចជាក់ស្តែងទាំងនោះដូចខាងក្រោម៖

(១) ការតម្រង់សតិបើកទូលាយនាំឱ្យមនុស្ស ពិសោធន៍វេទនាបុព្វលាភដោយផ្ទាល់ពិសោធន៍ដោយ ផ្ទាល់ក្នុងលំហសតិដឹងក្នុងលំហចិត្តបរិសុទ្ធពិសោធន៍ ដោយផ្ទាល់នូវធម្មជាតិពិតរបស់ខ្លួន ។ មនុស្សមាន សមត្ថភាពអាចរស់នៅក្នុងដងបន្ទុកផុតពីឥទ្ធិពល កាយនិងចិត្ត មើមី ការចងចាំ Man can live beyond his own mind and body and beyond times ។

បើតាមន័យសាសនា គឺថាមនុស្សអាចរស់នៅផុតចាក កម្មផលទាំងឡាយផុតពីឥទ្ធិពលរបស់ មើមី ឬការ ចងចាំផុតពីឥទ្ធិពលនៃទំលាប់អាក្រក់ដែលបានអាត់ទុក ក្នុងប្រព័ន្ធរូបកាយ កោសិកា ខួរក្បាលនិងពិភពផ្លូវចិត្ត ក្នុងជាតិនេះ ក៏ដូចជាពិភពនានាក្នុងមករា ។ នេះជា ពិសោធន៍ការរួចរំដោះជាពិសោធន៍ព្រះនិព្វានក្នុងជីវិត ដែលយើងពុំពង្រឹងកាត់នេះ ជាការពិសោធន៍សេរីភាព ក្នុងចិត្តមនុស្សនេះ ។ នេះជាអព្វហេតុមហាអស្ចារ្យ Miracle ដែលអាចកើតមានក្នុងរូបមនុស្សគ្រប់ៗគ្នា ពុំលើកលែងនរណាឡើយ ។ ប៉ុន្តែមនុស្សយើងពុំដឹងពុំយល់ យើងរស់នៅក្នុងភាព រង្វង់ មោហៈ រស់នៅមួយថ្ងៃ សំរាប់មួយថ្ងៃពុំបានយល់និងមើលឃើញទិដ្ឋភាពរួម នៃជីវិតឡើយ The big picture of life ។

(២) ក្នុងសភាពជាក់ស្តែង ការតម្រង់សតិបើក ទំលាយនាំឱ្យលំហផ្ទៃចិត្តមនុស្ស ចង្អៀត ណែន តឹងឆ្អឹង ។ ពេលនេះអត្ថបុគ្គល ង្សៀ បានសោយរាជ្យផ្តាច់មុខលើ លំហចិត្តទាំងមូល ។ លុះដល់មនុស្សប្រើការតម្រង់ សតិបើកទូលាយផ្ទៃចិត្តត្រូវបើកទូលាយចំឡើងៗ ក្នុងលំហនោះ ពុំមានអត្ថបុគ្គលតែមួយមុខប៉ុណ្ណោះ ឡើយ មានបន្ថែមទាំងសតិដឹងអំពីការឃើញ ក្តីន សួរស្រៀង រស់ជាតិ ការប៉ះពាល់ និងវេទនារូបកាយ នានាផង ។ ដោយប្រៀបនឹងផ្ទៃចិត្តដែលកាន់តែរីកចំ ឡើងៗ អត្ថបុគ្គលនេះកាន់តែរួមតូចទៅជូនអត្ថបុគ្គល នេះអាចបាត់បង្អួចៗ តទៅលេខក្រោយ



ជោគជតាសីទាំង 12 ប្រចាំឆ្នាំរោង



ឆ្នាំជូត

លោកអ្នកអាចនឹងមានអារម្មណ៍ ច្របូក ច្របល់បន្តិចនៅក្នុងរយៈពេលនេះ ព្រោះ កិច្ចការដែលថា នឹងទទួលបានផលល្អនោះ វាអាចមានការប្រែប្រួលដោយសារតែមាន ការរំខានពីអ្នកដទៃ ។ បើចំពោះអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញ ដូរវិញ អាចរកផលកម្រៃបាន បើគួរជាទីកាប់ប្រសើរជាង មុន ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាពុំមានផលរមាស់អ្វីនោះឡើយ ។



ឆ្នាំសេះ

នៅក្នុងរយៈពេលនេះលោកអ្នកទទួលបានសក្ការៈ ពិសោធន៍ពិតប្រាកដដែលជិតស្និទ្ធ ។ ក្រៅពីនោះក៏ នៅទទួលបានដំណឹងល្អដែលមានប្រយោជន៍ដល់ ជាតិនិងការងាររបស់លោកអ្នកតទៅអនាគតទៀតផង ។ បើជាអ្នក ប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញធនកម្មទទួលបានកាក់ប្រាក់ប្រាក់ប្រាក់ តែ ហាមកំណត់ដូចជាប្រើប្រាស់ប្រាក់បញ្ញើលំដាប់ខ្លួន ។ រីឯបញ្ហាស្នេហា គួរស្នេហាអាចមានការរីករាយក្នុងខ្លួន ប៉ុន្តែមិនច្រើននោះទេ ។



ឆ្នាំក្រ

រាល់ការបំពេញការងាររបស់លោកអ្នកក្នុង រយៈពេលនេះ សុទ្ធតែផ្តល់នូវអត្ថប្រយោជន៍ គួរឱ្យជាទីពេញចិត្តទាំងអស់គ្នាអ្នករាង ស្ទើរឡើយ ហើយជាងនេះទៀតនោះគម្រោងការដែលបាន ត្រៀមទុកជាយូរមកហើយនឹងបានសម្រេចផងដែរ ។ បើ ជាអាជីវកររកស៊ីជួញដូរវិញមានការរីកចម្រើនល្អឆាប់រហ័សជា លំដាប់ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាច្រើនយល់ចិត្តគ្នា និងនឹកលើក គ្នាបើនៅឆ្ងាយ ។



ឆ្នាំអ្នក

រាល់កិច្ចការដែលលោកអ្នកបំពេញប្រាជ្ញា ជាយូរមកហើយនោះក្នុងរយៈពេលនេះ គឺបានសមដូចបំណងហើយគ្មានអ្វីមក រារាំងនោះទេ ហើយរាល់ការបំពេញយ៉ាងមនុស្សដែល មានបំណងមិនល្អមកលើលោកអ្នកនោះក៏មិនបានសម្រេច ដែរ ។ បើជាអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញអាចរកផលកម្រៃបាន ឱ្យចំបន្ថែមទៀតបាន ។ រីឯបញ្ហាស្នេហា គួរស្នេហាវិញ មានភាពសុខដុមរមនាគ្មានផលរមាស់អ្វីឡើយ ។



ឆ្នាំរោង

លោកអ្នកមានភ័យស្នេហាខ្លាំងក្នុងការងារ ទទួលរឿងឡើងតួនាទី ឬប្រាក់បៀវត្សរ៍ បន្ថែម ។ ជាងនេះទៀតនោះ ប្រសិនបើចង់ ពឹងពាក់អ្នកមានយសសក្តិខ្ពង់ខ្ពស់ក្នុងរឿងអ្វីមួយនឹងបាន ដូចបំណងផងដែរ ។ បើជាអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញអាច រកប្រាក់ចំណូលចិញ្ចឹមគ្រួសារបានដោយស្រួលទេ មិន មានអ្វីមករារាំងស្ទើរឡើយ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាគួរស្នេហា រមែងចេះអត់ឱនឱ្យគ្នា ។



ឆ្នាំច

ក្នុងរយៈពេលនេះលោកអ្នកជួបនឹង បញ្ហាខាងផ្លូវចិត្តមិនសូវជាសប្បាយរីក រាយប៉ុន្មាននោះទេ តែប្រសិនបើចង់ ទទួលផលពីការងារនោះចូរធ្វើចិត្តឱ្យ ត្រជាក់ទើបបានសម្រេចដូចបំណង ។ បើជាអ្នកប្រកប មុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ គឺមានការប្រទាំងប្រទេសជា មួយអ្នកមានមុខរបរដូចគ្នា ដូច្នេះគួរបើកចិត្តឱ្យ ទូលាយ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាមានការកំចិត្ត ព្រោះតែ ម្នាក់ៗចង់ចាញ់ឈ្នះគ្នានោះឯង ។



ឆ្នាំច

រាល់ការបំពេញការងារទាំងឡាយលោកអ្នកមិន មានបញ្ហាអ្វីចោទនោះទេ ប៉ុន្តែក្នុងនោះសូមប្រុង កុំយកអាសាមនុស្សសម្បជនឱ្យសោះ ព្រោះនាំ ឱ្យកើតរឿងសៅហ្មងទៅថ្ងៃក្រោយ ។ សម្រាប់ អ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញអាចសម្បជនបានខ្លះ ។ រីឯ បញ្ហាស្នេហា គួរកុំយកភាពមានចង់ចាញ់ឈ្នះប្រយ័ត្នកើត មានជម្លោះវិវាទឈានដល់ការប្រេះស្រាំរាល់ការបំពេញការងារ ទាំងឡាយលោកអ្នកមិនមានបញ្ហាអ្វីចោទនោះទេ ប៉ុន្តែក្នុងនោះ សូមប្រុង កុំយកអាសាមនុស្សសម្បជនឱ្យសោះ ព្រោះនាំ ឱ្យកើតរឿងសៅហ្មងទៅថ្ងៃក្រោយ ។



ឆ្នាំខោយ

លោកអ្នកនឹងទទួលបាននូវលាភសក្ការៈ ពីភាគហ៊ុនរកស៊ី និងមិត្តរួមការងារ យ៉ាងច្រើន គួរឱ្យពេញចិត្ត ។ លើសពី នេះទៅទៀត គម្រោងការដែលបាន ត្រៀមទុកនឹងបានសម្រេចដូចបំណងទៀតផង ។ បើ ជាអ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ គួរជួញដូរនៅទីជិតៗ ទើបសមប្រកប ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាគួរស្នេហាចេះ ស្តាប់ឱវាទគ្នា ។



ឆ្នាំឆ្មារ

អាចពោលបានថា លោកអ្នកមានសេចក្តី សុខក្នុងជីវិត និងការងារ ព្រោះវិបត្តិ និង ភាពស្មុគស្មាញដែលមានក្នុងមករាបាន ចូរស្រាលឡើងវិញមួយកម្រិតផងដែរ ។ បើជាអ្នកប្រកប មុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញ ទោះបីជាចេញទៅជួញដូរនៅទីណាគឺ គួរចៀសវាងការដាក់ទុនថ្មី ព្រោះអាចនាំឱ្យខាតចង់ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាគួរស្នេហាច្រើនប្រចណ្ឌខុសរឿង ។



ឆ្នាំរក

រាល់ការស្មុគស្មាញដែលធ្លាប់កើតមាន លើលោកអ្នកក្នុងរយៈពេលនេះ នឹងត្រូវ អហោសិកម្មទាំងអស់ហើយទ្រព្យដែល រហូតចេញពីដៃទៅនឹងវិលត្រឡប់មក វិញយ៉ាងគ្រប់គ្រាន់ ។ ចំពោះអ្នកប្រកបមុខរបររក ស៊ីជួញដូរវិញ ត្រូវតែគួរឱ្យបានច្បាស់លាស់មុននឹង ដាក់ទុនថ្មី ទើបមិនខាតបង់រាល់ការចំណាយទាំងនោះ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាគួរស្នេហាចេះច្រើនប្រាថ្នាដោយ មានភាពផ្អែមល្អឬទើបជាការប្រសើរ ។



ឆ្នាំកុរ

លោកអ្នកគួរប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការនិយាយ ស្តីបន្តិច ពីព្រោះអាចនឹងមានគូសត្រូវ ចាំថាបំបោកកំហុសមូលបង្គាប់បង្គាប់កេរ្តិ៍ ឈ្មោះរបស់លោកអ្នកឱ្យប្រែក្លាយទៅជាស្នេហាអសាមី ។ សម្រាប់អ្នកប្រកបមុខរបររកស៊ីជួញដូរវិញមានក្រុម មនុស្សតាមឈ្មោះនិមិត្ត ដូច្នេះត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នបន្តិចទៀត រវាងការបរាជ័យ ។ រីឯបញ្ហាស្នេហាមានភាពចម្លែង ចម្រាសដាក់គ្នាបន្តិចបន្តួច ។

តម្រូវការ ៩ ឥទ្ធិពលនៅកម្ពុជាបន្ទាប់ពីរដ្ឋកាល...

ជាដើម រីឯកម្ពុជារាជការដែលបំបែកការរាជរដ្ឋាភិបាលចាប់ពីឆ្នាំ១៩៤៦តែប៉ុណ្ណោះ ម្ល៉េះ ហើយការអនុវត្តន៍បទពិសោធន៍ថ្មីថ្មោងច្រើនជួបប្រទះនូវការភ្ញាក់ភ្លាំង ឬទទួលការបង្ក្រាបយ៉ាងចាស់ដៃ ។ អ្នកនយោបាយខ្មែរជំនាន់ឆ្នាំ ៤០-៥០-៦០ ដូចជា អៀវ កើស, ទ្រង់យោធិវង្ស, អាចារ្យ ហែម ចៀវ, ស៊ុម វ៉ា, ខុច វ៉ាស៊ី, ខៀវ សំផន, ហ៊ុយ យ៉ង់, ហ៊ុយ នីម, សុទ្ធតែបានចូលរួមគ្រប់គ្រងនយោបាយប្រទេសប្រកបដោយជំនឿថា បានជួយកសាងប្រទេសដោយមិនខ្លាចអំណាច

ស្តេចផែនដី ។ ក្រោយមកនៅពេលដែលព្រះបរមរាជវាំងទៅចងសម្ព័ន្ធភាពនៅក្នុងការបិទបិទរបស់ចិនបើកាំងកុម្មុយនិស្តមកបាននាំអ្នកនយោបាយជំនាន់ក្រោយៗឱ្យធ្លាក់ក្នុងកណ្តាប់ដៃកុម្មុយនិស្តទាំងអស់ទាំងអ្នកតស៊ូទាំងអ្នកធ្លាប់ប្រឆាំងចាប់ពីឆ្នាំ១៩៧០មក រាស្ត្រខ្មែរគ្មានជំរើសក្រៅពីបុកខាងកើតនៃបក្សកុម្មុយនិស្តទេ ។ សូម្បីតែមកដល់ឆ្នាំ១៩៩១នៃកិច្ចព្រមព្រៀងក្រុងប៉ារីសឱ្យសិទ្ធិខ្មែរចាកចេញពីកុម្មុយនិស្ត ហើយក៏ដោយក្តីក៏ឆ្លាំបន្តបន្ទាប់បំបែកមានសញ្ញាណមួយថា អ្នកនយោ-

បាយខ្មែរអាចមានអ្នកណាម្នាក់ហ៊ានប្រឈមមុខនឹងកុម្មុយនិស្តយ៉ាងចំហរនៅឡើយទេ ។ ការវិវត្តន៍នៃនយោបាយខ្មែរ រហូតមកដល់សព្វថ្ងៃបើទោះជាមានចលនាសេរីនិយមខ្លះក្តីក៏ស្ថិតនៅក្នុងដំណោះស្រាយនៃបុកកុម្មុយនិស្តដែលពីព្រោះគ្មានអ្នកដឹកនាំនយោបាយថ្មីនៃចលនាសេរីនិយមមានកម្លាំងគ្រប់គ្រាន់ និងស្មារតីភ្ញាក់រលឹកពីភាពសណ្តនៃសេរីភាពកុម្មុយនិស្តនៅឡើយ ។ ថែមទៀតនេះទៀត ភាពទាស់គ្នារវាងចិន-រុស្ស៊ី និងវៀតណាមមិនត្រឹមតែមិនបានជាប្រយោជន៍ដល់អ្នកនយោបាយដែលធ្វើឱ្យរាស្ត្រខ្មែរយល់ថា "ជាអ្នកដឹកនាំទៅរកលទ្ធិសេរីនិយមនៃបុលលោកសេរី" តែប៉ុណ្ណោះទេ ថែមទាំងជឿលើសេចក្តីសង្ឃឹមដែលបុកកុម្មុយនិស្តលើកមកបង្ហាញថែមទៀត ។ មកទល់ថ្ងៃនេះ គេពុំទាន់គម្លាតទស្សនៈគ្រប់គ្រងប្រទេសកម្ពុជានៅឡើយពីទស្សនៈនៃអតីតកាលព្រះបរមរាជវាំងដែលធ្លាប់តែឱ្យតម្លៃខ្ពស់ដល់កុម្មុយនិស្ត ហើយពីទីនោះអ្នកនយោបាយខ្មែរទាញយកប្រជាប្រិយភាពគ្រប់គ្នាមិនឈប់ឈរ ។

ថ្វាយដំណើរអតីតព្រះមហាក្សត្រយ៉ាងធំ និងយ៉ាងយូរ ដើម្បីយាងទៅកាន់សុគតិភព ។ ប្រជាជាតិរួមទាំងអ្នកនយោបាយស្រដៀងស្របគ្នាតែរឹករាយនិងកិត្តិយសផ្តល់ថ្វាយព្រះបរមសពតែពុំមាននរណាម្នាក់ក្រៅពីបរទេសដែលជាអ្នកសង្កេតការណ៍មើលឃើញអំណាចរបស់ចិនរបស់ព្រះបរមរាជវាំងនិងរបស់វៀតណាមកំពុងតែថ្លែងអំណរគុណគ្នាទៅវិញទៅមកចំពោះការដែលថែរទាំមនុស្សដ៏អស្ចារ្យបានផ្តល់សម្បត្តិមហាសាលាបានផ្តល់ជ័យជំនះឱ្យពួកគេលើជ្រោយឥណ្ឌូចិនលើពិភពលោក ។ ចិន និងវៀតណាមបានផ្តល់ជ័យជំនះ និងទឹកដីដល់ព្រះមហាក្សត្រដែលជាអ្នកបំរើដ៏ស្មោះត្រង់និងជឿជាក់ដល់ពួកគេរហូតដល់ថ្ងៃចូលទិវិតតែមិនបានផ្តល់ប្រាសាទសេរីភាពដល់ពលរដ្ឋខ្មែរដែលជាម្ចាស់នៃទឹកដីទេ ។ ប្រទេសចិនថ្មីត្បិតតែបានវាយប្រដៅនាគប្អូនវៀតណាម នាឆ្នាំ១៩៧៩ ម្តងតែពុំមានប្រវត្តិលើទីពេទៅលុកលុយយកពីបរទេសដូចវៀតណាមទេ ។ ចិន និងកូរ៉េខាងជើងយល់ស្របគ្នាចំពោះតួនាទីមត្តទេសកុម្មុយនិស្តរបស់ចិននៅលើពិភពលោក រីឯអ្នកទាំងពីរយល់ស្របគ្នាកាលពីឆ្នាំ១៩៩០ ឱ្យវៀតណាមមានតួនាទីគ្រប់គ្រងឥណ្ឌូចិន ហើយអ្នកទាំងបីយល់ស្របគ្នាថា រង្វាន់ព្រះបរមរាជវាំងដល់សម្តេចឌី និងព្រះរាជ

តទៅទំព័រ ១៤

Accepting New Clients
សូមស្វាគមន៍ដល់ភ្ញៀវគ្រប់ប្រភេទ
Immigration • Divore • Auto Crash
អន្តោប្រវេសន៍ គ្រោះថ្នាក់រថយន្ត លែងលះប្តីប្រពន្ធ
Law Office of Thomas Stylianos Jr. • 287 Appleton St. Lowell MA 01852
ការិយាល័យ មេធាវី ថ្នាំម៉ាស ស្តាលីយ៉ាណូស
Call: Sophea or Thomas សូមទូរស័ព្ទមក: សោភា, ឬ ធំ
978-459-5000 or 800-308-3766
Only Licensed in Massachusetts

ANGKOR AUTO SERVICE, INC.
ហាងជួសជុលរថយន្ត “អង្គរ”
Free Estimate
Auto Body and Maintenance
BODY WORKS
Auto glass and windshields
Auto Frame Straightening and Painting
មានបទពិសោធន៍២០ឆ្នាំ ជាជាងរថយន្តមានសញ្ញាបត្រវាយតម្លៃការងារដោយឥតយកថ្លៃ ហើយយើងជួយសន្សំប្រាក់តម្លៃបន្ថយរបស់អ្នកបានផង យើងផ្តល់សេវាគ្រប់យ៉ាង :
ENGINE AND TRANSMISSION SERVICES
State Inspection
Check Engine Light Diagnostic
Timing Belt Services
Complete Tune Up:
-Brake -Muffler -Struts
-Water Pump -A/C
-Bearing Services
From the moment you get into car accident, we will take care of you from towing to calling your insurance, and to get a rental car for you. With Angkor Auto, you can be worried free.
4835 N. 16th Street. Philadelphia, PA 19141
Tel : (215) 455-7810 / Ricky : (215) 485-1425

រថយន្ត ហាងខ្មែរជួសជុលរថយន្ត
រថយន្ត ហាងខ្មែរជួសជុលរថយន្ត
Rathe's Auto Service
State and Emission Inspection General Repairs and Maintenance
MON-SAT, 8:30AM-5:30PM
SUN. EMERGENCY ONLY
- ជាងមានបទពិសោធន៍ជាយូរឆ្នាំ - ជួសជុលរថយន្តគ្រប់ប្រភេទ
- មានដូរប្រេង ដូរហ្វ្រាំង ដូរកង់ និងករណីជាច្រើនទៀត ។
- មានត្រួតពិនិត្យគ្រឿងម៉ាស៊ីន DIAGNOSTICS ដោយឥតគិតថ្លៃ
- មានចុះថ្លៃពិសេស ចាប់ពីខែកុម្ភៈ ២០០៨ ទៅ : - ដូរប្រេងកំរិត ៥ ក្លាត \$22
- INSPECTIONS រថយន្តឆ្នាំ 96 up \$49.99+ តាក់ - មានជួសជុលពិសេសសំរាប់ដូរប្រេងចុះថ្លៃពាក់កណ្តាល នៅពេលយកមកជួសជុលអស់តម្លៃ \$150.
- តម្លៃជួសជុលទូទៅ សមរម្យ ដោយទាបជាងហាងជួសជុលផ្សេងៗទៀត ។
- ប្តេជ្ញាចិត្តធ្វើជួនដោយហ្មត់ចត់ គុណភាពខ្ពស់ មិនឱ្យខុសបំណងលោកអ្នកឡើយ។
ពិសេស ជួយទៅពិនិត្យដល់កន្លែងនូវរថយន្តណាដែលខូច STARTER ឬ ផ្ទុកអាកុយអស់ភ្លើងដោយឥតគិតថ្លៃ ។ សូមអរគុណ !
5105 N.2ND ST., PHILADELPHIA, PA 19120. TEL : (215) 329-2418
Fax : (215) 329-2419. Rath CELL : (215) 431-6376

តមកនំព័រ ១៨

ឥទ្ធិពលនៅកម្ពុជាបន្ទាប់ពីរដ្ឋកាល...

វង្សក្រៅពីនេះគ្មាននរណាទៀតទេ ។ កិច្ចព្រមព្រៀងក្រុងប៉ារីស១៩៩១ ត្រូវបានបង្ខំឱ្យប្រែប្រួលរាង ពង្សក ឬសណ្ត តាមក្បួនភូតភរកម្ពុយនីស្ត គ្រប់បែបយ៉ាង ដើម្បីតែ "ដំណោះស្រាយកម្ពុយនីស្ត" ទាំងនោះតែប៉ុណ្ណោះ ពេលនេះបូកកម្ពុយនីស្តថ្មី (មានចិនដឹកមុខ) ពុំទាន់មានកម្លាំងទ័ពគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ប្រឈមមុខប្លុកលោកសេរីនៅឡើយទេ ។ ប្រទេសមួយទៀតដែលនៅទ្រឹងនៅឡើយ

តែកងប្រវត្តិសាស្ត្រនៅតែវិលលឿននៅឡើយ ហើយជារឿងចាស់ឱ្យទៅជាថ្មីមិនចេះឈប់តែមនុស្សនៅតែមិនចង់ចាំប្រវត្តិសាស្ត្រវិលកងដដែល ។ យោងតាមទម្ងន់នៃនយោបាយប្រទេសជិតខាងកម្ពុជា គេនឹងពុំឃើញមានអ្វីផ្លាស់ប្តូរពីអ្វីដែលយើងឃើញសព្វថ្ងៃ បន្ទាប់ពីរដ្ឋកាលសីហនុ នេះទេ ។

ទម្ងន់នៃពលរដ្ឋ : ខុសគ្នានឹង "រាស្ត្រ" ដែលជា

ឡើងជាអ្នកធំ រថយន្ត ទូរស័ព្ទ ទូរទស្សន៍ ទូរទឹកកក សូម្បីតែវត្តអារាម ក៏តែសោភ័ណភាពទទួលភ្ញៀវបានច្រើន... ។ល។ តែភាពដែលមិនបានផ្លាស់ប្តូរ គឺការបែងចែកធនធានមិនស្មើភាពគ្នា មិនយុត្តិធម៌ - អំណាចដែលប្រើប្រាស់នៅតែជាការគម្រាមតាមសង្គតិពុំមែនជាការថែរក្សាសន្តិសុខឬសន្តិភាព - ផលចំណេញរបស់ប្រជាជាតិនៅតែហូរចូលដៃនៃប្រទេសដទៃ - ប្រទេសជាតិខកខានពុំបានវិនិយោគលើអនាគតលើគ្រួសារលើកុមារលើភាពត្រឹមត្រូវបរិសុទ្ធ - ធនធានពុំបានធ្លាក់ចូល

កើតឡើងលើប្រជាពលរដ្ឋខ្លួននេះ ដោយសារការផ្ទុះកំហឹងកើតនៅក្រៅពីការគ្រោងរបស់ក្រុមខ្លួននេះម្យ៉ាង ហើយម្យ៉ាងទៀត អ្នកនយោបាយប្រឆាំងនឹងរដ្ឋាភិបាលច្រើនយកនយោបាយដែលផ្តល់ផល "ចំណេញ" ដល់ខ្លួន ច្រើនជាយកនយោបាយ "ត្រូវនិងខុស" មកអនុវត្តគ្រប់ព្រឹត្តិការណ៍នយោបាយដែលនឹងបណ្តាលឱ្យរាស្ត្រអាចកត់សម្គាល់ចរន្តគំនិតដែលត្រូវរើបោះ នាឱកាសចាំបាច់ប្រចាំជីវិតរបស់ខ្លួនបាន នេះជាការអប់រំចំណេះស្នេហាជាតិដែលប្រសើរបំផុត ។



ប្រតិកម្មតែនៅពេលវៀតណាមប្រើកម្ពុជា រហូតដល់រលោភលើបូរណភាពទឹកដីរបស់គេ គឺប្រទេសថៃឡង់-ប្រទេសនេះគ្រប់គ្រងគាំទ្រចលនានៅកម្ពុជាដែលប្រឆាំង និងវៀតណាមដែលគេមើលឃើញថា ជាមហិច្ឆតាវាតទឹកដីវាតឥទ្ធិពលផ្តល់ភាពគ្រោះថ្នាក់ដល់ប្រទេសគេ ជម្លោះខ្មែរជាមួយថៃ គឺជាផ្នែកនៃនយោបាយវៀតណាម-ថៃ នាពេលនេះ ។ ប្រវត្តិកម្ពុជាដែលគេចង់ចាំនៅឡើយមុនពេលបារាំងមកដល់ខ្មែរពាក់កណ្តាល គឺខាងកើតទន្លេមេគង្គបានត្រូវយួនកាន់កាប់ រីឯផ្នែកខាងលិច គឺថៃកាន់កាប់ ។ រីឯថៃដែលចាប់ព្រះរាជបុត្រក្សត្រខ្មែរបីព្រះអង្គទៅចិនក្លាយជាឈ្លីយបានភ្ជាប់ស្ម័គ្របញ្ជូនព្រះរាជបុត្រមួយអង្គដែលគិតតែពីរៀនពីសិល្បៈចិនចេះច្បាំង ហើយថែមទាំងហៅថា ស្តេច "ខ្មែរ" ថែមទៀតឱ្យមកសោយរាជនៅកម្ពុជាវិញ ពីព្រោះខ្មែរចេះតែបះបោរទាមទារស្តេចខ្លួនពេក - តែស្តេច "ខ្មែរ" នោះគឺព្រះបាទអង្គរបានគ្រប់គ្រងសន្តិភាពឱ្យកម្ពុជាបានប្រមាណ ៥០ឆ្នាំ ហើយផ្ដើមទាមទារឱ្យបារាំងមកត្រួតត្រាកម្ពុជាជំនួសសៀម រហូតបានសម្រេចនាឆ្នាំ ១៨៥៤ ។ បារាំងបានពង្រីកទឹកដីកម្ពុជាឡើងវិញក្នុងរយៈពេល១០០ឆ្នាំ ដែលគេនៅជាអាណាព្យាបាលឱ្យបានទឹកដីដូច ដែលយើងឃើញសព្វថ្ងៃ ។

ប្រជាជនគ្រប់គ្រងក្រោមអំណាច "ស្តេចផែនដី" ពាក្យថា "ពលរដ្ឋ" គឺជាប់ទាក់ទងទៅនឹងបុព្វសិទ្ធផ្ទាល់ជាមនុស្សរស់នៅក្រោមការគ្រប់គ្រងនៃស្ថាប័នមួយដែលមានច្បាប់ជាមូលដ្ឋាន ។ រាស្ត្រ ឬពលរដ្ឋដែលក្រហើយពុំមានចំណេះធ្វើឱ្យមានការងាយស្រួលនឹងដឹកនាំទៅរកផ្លូវត្រូវនឹងរឹកចំរើនក៏ដូចជាទៅរកផ្លូវខុស ឬលិចលង់ ។ នាសម័យបច្ចុប្បន្ននេះបច្ចេកវិទ្យាទំនើបបានធ្វើឱ្យមានមនុស្សមានទំនាក់ទំនងធំធេង អ្នកក្រក់អាចស្វែងរកចំណេះ និងចម្លើយល្អសំរាប់ជីវិតសម្រាប់គ្រួសារសម្រាប់សេដ្ឋកិច្ចបានដែរ ដោយមិនចាំបាច់ថាអ្នកនោះជាអ្នកដឹកនាំខ្លួនអ្វីទាំងអស់បាន ។ ទាំងនោះ ធ្វើសហគមន៍អ្នកភូតភរអ្នកប្រាជ្ញយកចំណេញពីលើខ្លួនអ្នកក្រខ្សត់ខ្សោយមានការលំបាក និងស្វែងលាភសក្ការៈតាមវិធីជាម្លប់ខ្លួនបាន ។ មានប្រទេសខ្លះត្រូវរាស្ត្រ ឬពលរដ្ឋផ្តល់រំលឹកនាសម្ព័ន្ធដឹកនាំរបស់ខ្លួនបានដោយមិនចាំបាច់សំគាល់ថា នរណាជាអ្នកដឹកនាំបះបោរទៀតផង ។ នៅកម្ពុជារាស្ត្រ និងពលរដ្ឋកំពុងស្ថិតនៅក្នុងភាពផ្លាស់ប្តូរដ៏អស្ចារ្យមួយពាក្យសន្យា និងសេចក្តីសង្ឃឹមមានពាសពេញសព្វទិសទីលុយដុល្លារហូរហៀរចូលស្រុកភូមិកម្ពុជានិមួយៗប្តូរពីស្លឹកទៅជាថ្មទៅជាប្រាសាទ អ្នកក្រទៅជាមាន អ្នកគ្មានអំណាច

ក្នុងភាគផលនៃគ្រួសារផ្ទាល់ខ្លួនចេះតែទៅហួសជាងរាប... ។ យូរបន្តិចទើបភាពអស់សង្ឃឹម និងកើតឡើង ទើបនឹកដល់មេរៀននៃវិបត្តិអតីតកាល ទើបដឹងថា ភាពអាក្រក់នៃរបបកម្ពុយនីស្ត ឬផ្តាច់ការមានលំនឹងនៅលើជីវិតអាត្មា ទើបដឹងថា ទាំងអស់គ្នាចាំបាច់បោះអ្នកជំនាញការខាងនយោបាយគ្មានសីលធម៌មានតែចំណេញ... នេះហើយដែលជាបុព្វហេតុនៃភាពរើបះរបស់រាស្ត្ររបស់ពលរដ្ឋ ។ កត្តាសំខាន់មួយទៀត គឺនៅមានចលនាមនុស្សអ្នកត្រូវគេជិះជាន់ធ្វើបាបទំហំធំតែងតែមានការហុចដៃនៃមហាអំណាចលោកសេរីជាទៀតទាត់ដោយសារតែមេដឹកនាំរបស់គេចេញមកពីបរិស្ថានសេរីនិយមពីសុវណ្ណរាស្ត្រ ឬពលរដ្ឋដូចគ្នា គេយល់ពីការសង្គ្រោះអ្នកទន់ខ្សោយមានច្បាប់គ្រប់គ្រងយុត្តិធម៌ជាគោលការណ៍ ថ្មីត្បិតតែជាមូលដ្ឋានសហគមន៍ អ.ស.ប មិនអនុញ្ញាតឱ្យប្រទេសដទៃ លូកលាន់បញ្ចេញផ្ទៃក្នុងនៃប្រទេសដទៃ ក៏នៅមានក្របខណ្ឌច្បាប់រំលោភសិទ្ធិមនុស្សមនុស្សធ្ងន់ធ្ងរ ដែលផុសចេញពីការបង្ក្រាបរាស្ត្រហួសហេតុអាចត្រូវគេយកមកប្រើប្រាស់បានដែរ ។ មេដឹកនាំនយោបាយប្រឆាំងជាច្រើនបានបាត់បង់ការគាំទ្រនៅពេលមានវិបត្តិធ្ងន់ធ្ងរម្តងៗ

សម្តេចនរោត្តម សីហនុ បានលាចាកលោកនេះ ទៅហើយវិវះភាពនិងកើតបានព្រឹត្តិសុសសាយដោយផ្សព្វផ្សាយពីប្រវត្តិយូរឆ្នាំនៅលើនយោបាយកម្ពុជា ។ មរតករបស់ព្រះអង្គគឺជាអំរែកដ៏ធ្ងន់ធ្ងរសម្រាប់ប្រជាជាតិថា ខ្មែរនិងក្លាយទៅជាអ្វី? មនុស្សជាច្រើនថា ខ្មែរនិងក្លាយទៅជាយួន! ចុះចិនទុកឱ្យ យួនមានក្រញ៉ាំភាគលើខ្មែរដែរ ឬទេ? តើ សហគមន៍អាស៊ានមើលការវិវត្តន៍កម្ពុជាថា ជា "អាណាចក្របែបថ្មី" ឬយ៉ាងណាទេ? មើលទៅ អ.ស.ប ហាក់ដូចជាបោះបង់កិច្ចព្រមព្រៀងក្រុងប៉ារីសឆ្នាំ៩១ សម្រាប់សន្តិភាពកម្ពុជារួចទៅហើយ បើគ្មានការរើបះរបស់ប្រជាពលរដ្ឋខ្មែរទេនោះ ។ អម្រែកនៃមរតកព្រះអង្គដ៏ធ្ងន់ធ្ងរចំពោះព្រះមហាក្សត្រ សីហមុនី និងព្រះមាតាដែលគង់ប្រថាប់ក្បែរព្រះអង្គជាកម្លាំងចិត្ត តែពុំមាននរណាដឹងនៅឡើយថា ទំនាក់ទំនងថ្មីរបស់ព្រះបរមរាជវាំង និងមានរបៀបណាចំពោះវៀតណាមនោះ - តែក៏តែមិនដឹងថា នឹងនៅមានព្រះបរមរាជវាំងថ្មីនៅ "បេយ៉ង" និងនៅ "ព្យុងយ៉ាង" ជាបន្តទៀត ឬយ៉ាងណានោះនៅឡើយដែរ ។



កោះទន្សាយ

ធ្វើឲ្យភ្ញៀវទេសចរមិនអាចបំភ្លេចបាន

កោះទន្សាយ ជាកោះមួយក្នុងចំណោមកោះទាំង១៣ផ្សេងទៀត នៅក្នុងដែនសមុទ្រខេត្តកែបនៃប្រទេសកម្ពុជា ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា ។ បច្ចុប្បន្នសក្តានុពលទេសចរណ៍របស់ទីរមណីយដ្ឋាននេះបាននឹងកំពុងត្រូវប្រាប់យ៉ាងជ្រាលជ្រៅនៅក្នុងបេះដូងអ្នកស្នេហាវិស័យឧស្សាហកម្មធានផ្សេងៗទៀតនាំគ្នាអញ្ជើញទៅកម្សាន្តទីនោះកាន់តែច្រើនឡើងពីមួយរយៈកាលទៅមួយរយៈកាលមិនថាស្ទើរតែគ្រប់គ្នាឱ្យកត់សម្គាល់ ។

បរទេសដែលមានការចាប់អារម្មណ៍ចូលមកកម្សាន្តទីរមណីយដ្ឋាន ដែលមានលក្ខណៈសម្បត្តិធម្មជាតិបែបនេះ ។

ការចងក្រងបង្កើតឱ្យមានជាសហគមន៍អេកូទេសចរណ៍នៅលើកោះទន្សាយនេះពិតជាធ្វើឱ្យប្រជាពលរដ្ឋដែលរស់នៅទីនោះមានជីវភាពធូរធារបានមួយកម្រិតទៀត បន្ថែមពីលើមុខរបរនេសាទសមុទ្រតូចតាច និងថែទាំម្ហូរដូងបន្តិចបន្តួច ដោយសារតែមានភ្ញៀវទេសចរជាតិ និងអន្តរជាតិតែងមកកម្សាន្តនៅតាមបណ្តោយឆ្នេរនេះយ៉ាងច្រើនកុះករ ។ សព្វថ្ងៃនេះមន្ត្រីពាក់ព័ន្ធទាំងអស់នៅក្នុងខេត្តកែបបានជំរុញឱ្យប្រជាពលរដ្ឋរស់នៅលើកោះ ត្រូវតែមានអនាម័យ សម្អាតបរិស្ថានដែនកោះឱ្យបានល្អ និងខិតខំកែលម្អសោភ័ណភាពបន្ថែមដើម្បីទាក់ទាញភ្ញៀវទេសចរជាតិ និងអន្តរជាតិឱ្យមកលំហែកាយកាន់តែច្រើនទៅតាមដែលអាចធ្វើបាន ។ កោះទន្សាយឥឡូវនេះមានចំនួនភ្ញៀវទេសចរកើនឡើងជាលំដាប់ ព្រោះថាភ្ញៀវទេសចរភាគច្រើនចូលចិត្តមកសម្រាកកាយនៅកន្លែងស្ងៀមស្ងាត់ ហើយគ្មានអ្វីមករំខានអារម្មណ៍ពីមជ្ឈដ្ឋានខាងក្រៅ ។

●●●កោះទន្សាយមានទីតាំងស្ថិតនៅ ដល់សព្វថ្ងៃនេះឯង ។

ប៉ែកអាគ្នេយ៍នៃក្រុងកែប និងមានចម្ងាយ៤,៥ គីឡូម៉ែត្រពីទីក្រុង ដែលជារមណីយដ្ឋានអំណោយផលមកពីធម្មជាតិអាចនិយាយបានថាជាមុខព្រលឹងសេដ្ឋកិច្ចនៃទេសចរណ៍ដ៏ល្អប្រណិតប្រចាំទីក្រុងកែបទៀតផង ។ យោងតាមសម្តីអ្នកស្រុកបានតំណាលតាមឱ្យដឹងថា “ឈ្មោះកោះទន្សាយនេះក្លាយមកពីពាក្យវិសាយ ព្រោះនៅពេលដែលស្តេចសាតរាជអស់សង្ឃឹមក្នុងការតស៊ូដោយមានការបែកបាក់ពេលសេនា និងបក្សពួកខ្លួនអស់ច្រើន ព្រះអង្គក៏បានដឹកនាំអ្នកដែលនៅសេសសល់ឆ្លងសមុទ្រមកដល់កោះមួយនៅខាងមុខក្រុងកែប ហើយក៏បានធ្វើការវិសាយទីតាំងនោះតែម្តង ។ ដោយការហៅតាមធម្មជាតិជំនាន់មួយទៅមួយជំនាន់កោះវិសាយបានក្លាយទៅជាកោះអំសាយទៅជាកោះអន្សាយ លុះក្រោយមកក៏ក្លាយទៅជាកោះទន្សាយ រហូតមក

បើតាមសម្តីប្រធានសហគមន៍អេកូទេសចរណ៍កោះទន្សាយបានឱ្យដឹងថា សក្តានុពលក្នុងតំបន់នេះព្យាបាលឱ្យភ្ញៀវទេសចរជាតិ និងអន្តរជាតិចាប់អារម្មណ៍បំផុតនោះ គឺមានច្រើនអនេកហួសពីការបរិយាយ ។ ជាក់ស្តែងនៅលើតំបន់ដែនកោះទន្សាយទាំងមូលមានឆ្នេរចំនួន២កន្លែងយ៉ាងធំទូលាយ និងមានជម្រាលវែងហើយមានល្បាក់រាក់ដែលត្រូវដណ្តប់ដោយគ្រាប់ខ្សាច់សក្បុសទឹកសមុទ្រថ្លាឆ្លងដូចកញ្ចក់ចាំងឆ្លុះដល់បាតសមុទ្រអាចឱ្យយើងមើលឃើញយ៉ាងច្បាស់នូវពពួកផ្កាថ្មត្រប់ប្រភេទមានសម្រស់ស្រស់ស្អាតប្លែកៗពីគ្នា ។ រីឯខ្យល់អាកាសក៏បរិសុទ្ធបក់មកត្រសៀកៗ បង្កើតបានជាសំឡេងទឹករលកបោកប៉ះនឹងផ្ទាំងថ្មដែលដុះប៉ប្រះផ្ទៃទឹកគួរឱ្យចង់ចុះដូចប្រឡែងលេងជាមួយសត្វផ្សោតយ៉ាងត្រេកត្រអាល ។

ចំណែកផ្លូវដើរកម្សាន្តជុំវិញ កោះមានដើមរុក្ខជាតិស្រស់ត្រកាលផ្តល់ម្លប់ត្រឈឹងត្រឈៃល្អមិនត្រជាក់ស្រួលអារម្មណ៍បំពេរដោយសំឡេងបក្សាបក្សីដែលហ្វូងសត្វទាំងនេះវាវែងហិចហើរមកកែៗច្រាំងនា វេលាថ្ងៃរៀបអស្ចង្គតដើម្បីឃ្លាំចាំចាប់ត្រីធ្វើជាចំណីទៀតផង ។ លើសពីនេះសហគមន៍ក៏មានបម្រើនូវសេវាម្ហូបអាហារតាមភោជនីយដ្ឋានផ្ទះសំណាក់ជាលក្ខណៈបឹងហ្លាឡូសម្រាប់ ទុកជូលឱ្យភ្ញៀវទេសចរក្នុងតម្លៃសមរម្យ និងមានទូកចម្លងភ្ញៀវពីដែនម្ខាងទៅកាន់ទីកោះដោយទូក១គ្រឿងជួលក្នុងតម្លៃ២០ដុល្លារ ។ ចំពោះការធ្វើដំណើរត្រូវចំណាយពេលប្រមាណជា៣៥នាទី (ពេលស្ងប់រលក) ឬ៤៥នាទី ទៅ១ម៉ោង (រលកធំ) ដែលបច្ចុប្បន្ន យើងសង្កេតឃើញថាលំហូរចូលនៃភ្ញៀវទេសចរក្នុងស្រុកមានកំណើនគួរឱ្យកត់សម្គាល់ផ្ទុយពីពេលមុនគឺមានតែភ្ញៀវ



ដុះរំលោភក្នុងកម្ពុជា ឱ្យទេសចរណ៍កែបកាយ